ŻYCIE PŁCIOWE VI.

D-r med. Lyman B. Sperry.

RADY POUFNE DLA MŁODZIEŻY.

CZĘŚĆ I.
(Dla chłopców).

Przełożył i opracował
Zygmunt Stankiewicz.

WARSZAWA
Nakładem księgarni K. Fiszlera,
ulica Swiętokrzyska № 5.

1907

Cena kop. 50.

1·31 27/II 907

Digitized by the Internet Archive
in 2026

https://archive.org/details/radypoufnedlamlo0000drlm

ŻYCIE PŁCIOWE VI.

D-r med. Lyman B. Sperry.

RADY POUFNE DLA MŁODZIEŻY.

CZĘŚĆ I.
(Dla chłopców).

Przełożył i opracował
Zygmunt Stankiewicz.

WARSZAWA
Nakładem księgarni K. Fiszlera
ulica Świętokrzyska № 5.

1907

PRZEDMOWA.

Do napisania książki niniejszej skłoniła mnie prośba licznego grona rodziców, duchownych, nauczycieli i in., którzy byli obecni na odczytach publicznych autora o omawianych tutaj zagadnieniach. Zebrani stwierdzili jednogłośnie z mówcą godny pożałowania stan młodzieży i uznali, że główną przyczynę licznych ofiar chorób i przedwczesnej śmierci widzieć należy jedynie w nieznajomości rzeczywistych czynności fizyologicznych, które pod wpływem jakiegoś fałszywego wstydu uznano za konieczne trzymać w tajemnicy przed młodzieżą, nie wiedząc nic a nic o tem, jakie grzechy śmiertelne lekceważy się przez to.

Książkę tę oddaję szerokiemu ogółowi w nadziei, że przyniesie ona korzyść nietylko młodzieńcom, potrzebującym rad w niej zamieszczonych, lecz i wielu starszym osobom, co chciałyby otrzymać odpowiednie wskazówki, jak pomódz bliźnim.

Autor.

WSTĘP.

Od samego początku aż do końca zawiera Pismo Święte mnóstwo nauk i przestróg, rozkazów i przykładów, dotyczących stosunków płciowych, ich znaczenia i t. p. Żadna z czynności rodzaju ludzkiego nie ma większej wagi; żadnej wpływ nie jest tak potężny i trwały. Nieznajomość pod tym względem prowadzi zawsze do chorobliwych i dręczących myśli i — co gorsza — do najbardziej opłakanych przyzwyczajeń i nałogów. Nieuctwo i brak miary są zawsze i wszędzie, we wszystkich okresach życia ludzkiego potwornymi rodzicami niemoralności. A zwłaszcza nadzwyczaj łatwo o upadek w stosunkach płciowych.

Na szczęście, obecnie coraz bardziej i bardziej ustala się pogląd, że ojcowie i matki, pedagodzy i lekarze, a zarówno i ci wszyscy, którzy w jakikolwiek sposób zostaną przeznaczeni do przewodniczenia i kierowania młodzieżą, powinni wcześnie, otwarcie a nadewszystko zgodnie z prawdą wywrzeć na młode pokolenie swój wpływ umoralniający, wyjaśnić młodzieńcom istotę, cel i znaczenie stosunków płciowych. Rzeczą okrutną i bezwzględnie fał-

szywą jest pozwolić dzieciom rość w nieświadomości! Pamiętajmy, że dzieci chowane w ten sposób połowę prawdy, przekręconych wiadomości i spaczonych do niepoznania myśli pochwycą od zdemoralizowanych rówieśników, dowiedzą się z gminnej literatury, gorszących obrazów, niebacznych opowiadań służby naszej, a resztę uzupełnią nieszczęsnemi odkryciami własnemi i przypuszczeniami. Jeżeli bowiem rzetelne i zgodne z prawdą wiadomości o życiu płciowem, jego celach i znaczeniu nie zabezpieczą niekiedy i dorosłemu człowiekowi czystości i zupełnego zdrowia, — to czyż spaczone, zatrute fałszem i nikczemną obłudą półprawdy zdołają uchronić młodzieńca od błota i zgnilizny moralnej? Czyż człowiekowi z zawiązanemi oczyma tak trudno jest zbłądzić lub runąć w przepaść? Pytanie to jest zbyt poważne, abyśmy mogli przejść nad niem do porządku dziennego, nie przyjrzawszy mu się dobrze i nie rozwiązawszy go należycie.

Gdy świat cały potrzebuje „ludzi," gdy żąda od „mężczyzn" *męskości i wielkiego serca*, — podrasta z roku na rok we wciąż przerażającej liczbie gromada rozpustników, lekkoduchów i słabeuszów umysłowych i moralnych, a młode pokolenie, w którem złożyło się tyle szczytnych nadziei na przyszłość, składa się tymczasem przeważnie z niegodnych młodzieniaszków, co przedwcześnie zostali uświadomieni o „rozkoszach" życiowych, co zasmakowali w zatrutych owocach „cywilizacyi" naszej — w rozpuście. Młodzieńcy owi są klątwą i ciężarem nietylko własnego pokolenia, lecz i szerzycielami najróżnorodniejszych chorób i dolegliwości wśród przyszłego potomstwa, stając

w ten sposób na przeszkodzie do rozwoju i ukształcenia duchowego, do udoskonalenia i uszlachetnienia obyczajów ludzkich. Dzieci takich rozpustników i słabeuszów umysłowych zostaną hojnie wyposażeni w nadmiernie rozwinięte skłonności i przyzwyczajenia, otrzymają w spadku po rodzicach choroby weneryczne, nie mówiąc już o słabem, nieodpornem ciele i skołatanym, niezdolnym do jakiejkolwiek pracy umyśle.

Czyż więc wobec tego nie czas już wielki poznać bliżej to pytanie, tę kwestyę palącą czasów naszych!

Wiadomo wszystkim aż nadto dobrze, iż tylko bardzo niewielka odsetka młodzieńców znajduje miejsce w gimnazyum i uniwersytecie, a jednak z bólem serca trzeba wyznać, że większość z nich mimo światła nauki prowadzi życie występne, niegodne miana człowieka: zaledwie 5% młodzieży naszej odwiedza kościoły, szuka nauki chrześcijańskiej i spełnia przyjemne Bogu czyny; 75% nie zadaje sobie nawet najmniejszego trudu w poszukiwaniu prawdy, w prowadzeniu życia czystego, we wzniesieniu się ponad naturę zwierzęcą.

Bez wątpienia znajdą się tacy, co odrzucają wszelkie jawne wyznawanie wiary, a Boga swego noszą głęboko w sercu, co nie chwalą się zasadami i poglądami na życie, co nie krzyczą przed domem swoim o cnotliwem życiu własnem, — są to ludzie naprawdę szczerzy, ludzie bez skazy. Większość jednak, która pragnie koniecznie pokazać się cnotliwą, nie jest taką, za jaką chciałaby uchodzić. Nie omylimy się zbytnio, jeżeli powiemy, że zaledwie 20% młodzieży naszej jest wyższą ponad nałogi wszelkie, ponad

wstrętne rozkoszowanie się wrażeniami zmysłowemi tylko. Zważmy więc! Osiem milionów młodzieńców w Stanach Zjednoczonych, z których tylko 20% może być uważane za ludzi wolnych od zarzutów treści moralnej. Tak więc piąta część zaledwie godna jest miana czystych matek, nieskalanych sióstr, kobiet cnotliwych. *)

Najgorszym, a zarazem najczęściej spotykanym występkiem w młodości, jest r o z k o s z. Gdzie jeden stanie się niewolnikiem a l k o h o l u,—tam wielu wkrótce stanie się niewolnikami n a m i ę t n o ś c i p ł c i o w y c h. *Rozpusta* może się pochwalić licznemi ofiarami, tak samo jak *tytuń* i *przymiot* (syfilis), który obecnie liczy ofiary swoje na dziesiątki tysięcy.

Rzeczą niemożliwą, p r z e c i w n ą n a t u r z e s a m e j jest wychowywać chłopców w nieznajomości rzeczywistych zjawisk życia płciowego. Świat próbował już tego środka od tysiąca lat z górą, a skutek był zawsze aż nadto wątpliwej wartości.

A zresztą, czyż mogłoby być inaczej!

Weźmy przykład. Przypuśćmy, że, podobnie jak zjawiska życia płciowego, zaczniemy od dzisiaj ukry-

---

*) Cyfry powyższe dotyczą oczywiście młodzieży Stanów Zjednoczonych. Tych zaś, co pragnęliby w świetle cyfr i faktów poznać stan młodzieży naszej, odsyłamy do świetnej książki p. t. „Czego nie wiemy o naszych synach?“—pracy zaszczytnie znanej bojowniczki i reformatorki wychowania moralnego, p. Izy Moszczeńskiej. Oprócz tego możemy gorąco polecić pracę Tadeusza Łazowskiego i Konrada Siwickiego: „Życie płciowe warszawskiej młodzieży akademickiej według ankiety z roku 1903“. — Odbitka ze *Zdrowia*, nakł. Księgarni Naukowej.

(Przyp. tłóm.)

wać przed dziećmi i inne rzeczy: nie będziemy więc im wpajać za młodu dobrych obyczajów, nie powiemy im, że nie wolno przywłaszczać sobie cudzej własności, bo to nazywa się kradzieżą i jest występkiem, że nie należy męczyć lub zabijać zwierząt domowych, bić sług i domowników i t. d. Co z tego wyniknie? Jeżeli dziecko nie usłyszy od rodziców, ani od nikogo z najbliższych, że kradzież lub zabójstwo jest grzechem i zbrodnią, za którą karzą, jeżeli na domiar złego spotka się z nikczemnym towarzyszem, co mu opowie a nawet zacznie namawiać do złego, dziecko z pewnością pójdzie za jego przykładem i zacznie kraść, męczyć i zabijać zwierzęta i t. d. Wierzmy, iż tylko bardzo niewielka liczba dzieci, chowanych w ten sposób, nie zostanie złodziejami i zbrodniarzami!

Nie dziwmy się więc, że tylu młodzieńców, nieuświadomionych szczerze o życiu płciowem, kala się w błocie moralnem i przedwcześnie i niezgodnie z naturą zaspokaja nadmiernie rozwinięte żądze swoje.

Czyż który z nich wie, co i jak czynić potrzeba?

Czy wyjaśniono mu szczerze i otwarcie, co to jest życie płciowe?

Czy rodzice powiedzieli mu, jakie choroby czyhają na niego za jedną chwilę marnej rozkoszy? Nie! bo to tajemnica — odpowiedzą mi rodzice — bo gdybyśmy mu wyjaśnili cel i użycie narządów płciowych, dziecko skorzystałoby z najbliższej okazyi, aby spróbować rozkoszy zmysłowych.

Dziwna doprawdy logika!

Nie twierdzę tutaj oczywiście, iż wszyscy chłopcy pozostaną czystymi jedynie i wyłącznie dzięki wczesnemu uświadomieniu o życiu płciowem. Ci jednak, co

zostali wtajemniczeni w odpowiedni a rozsądny sposób w owo zagadnienie życiowe, zdołają się z pewnością uchronić od grzechu, ominą niezawodnie drogę występku i nie zbiorą, rozumie się, obfitego plonu w postaci słabości, chorób i niemocy, niezadowolenia z życia i przedwczesnej śmierci, a oprócz tego nie pozostawią w spadku dzieciom swoim przeklętej zarazy.

Istnieją, coprawda, i to w dość znacznej liczbie, fałszywi wstydnisie, niedołęgi moralne, a nadewszystko obłudni ludzie, którzy z całej mocy starają się zachować kwestyę płciową w tajemnicy, boją się wspomnieć o niej jednem choćby słówkiem, a zgodzą się wkońcu rozmawiać o życiu płciowem jedynie za zamkniętemi drzwiami, półszeptem, w tajemnicy przed dziećmi. Wolą oni okłamywać w najpodlejszy sposób dzieci swoje, niż powiedzieć im szczerze i otwarcie, jak i skąd przyszły na świat.

A tymczasem doświadczenie uczy nas, *iż dzieci pragną dowiedzieć się właśnie o takich rzeczach, które starsi starają się zachować przed niemi w tajemnicy.* Usiłowania wychowywanych w ten sposób dzieci skierowywują się w tę wyłącznie stronę, skąd za jakąbądź ceną mogłyby się dowiedzieć prawdy rzetelnej, z którą nie chcą się nigdy z niemi podzielić zaślepieni nauczyciele.

Zadaniem więc naszem powinno być chronienie młodocianego umysłu od szkodliwego wpływu tego rodzaju fałszywych nauczycieli. Stokroć lepiej byłoby, gdyby rodzice wyjaśnili dzieciom szczerze i uczciwie znaczenie płci i związanych z nią stosunków, zamiast oszukiwać i zwodzić je bajkami o bocianie i t. p. bredniach.

Niestety, maleńka zaledwie część dzieci bywa dopuszczana do poznania tej tak zwanej przez dorosłych „tajemnicy“. Większość rośnie sobie w „świętej“ niewinności, nie mając najmniejszego choćby pojęcia o istnieniu układu płciowego, o sposobach rozmnażania, o podtrzymaniu gatunku, a jeśli coś nie coś się dowie, to w takiej formie i z takiego punktu widzenia, że tylko splami sobie duszę, spaczy pojęcia własne, co potem trudno już naprawić.

Niema więc czemu się dziwić, że dzieci gdy dorosną tracą zaufanie do rodziców swoich, nie wierzą w ich dobre chęci i lekceważą sobie ich rady i wskazówki, pamiętając natomiast o tem, jak to oszukiwano je bajkami o bocianie i t. p.

Mam nadzieję, iż młodzieńcy, żyjący w owej ciemnocie, wezmą chętnie do rąk książkę moją i wierzę niezłomnie, iż wszyscy, którzy ją uważnie przeczytają, zostaną oświeceni i nauczą się, jak można — wzniósłszy się ponad nizką zmysłowość i rozpustę — żyć szczęśliwie i zdrowo, dzięki rozumnemu użyciu narządów płciowych.

Autor żywi się tą myślą, iż wszyscy ojcowie i matki po przeczytaniu książki niniejszej będą pamiętali i starali się o to, aby dzieci ich, jak można najwcześniej, otrzymały konieczne uświadomienie, dzięki czemu nie wpadną w szpony rozpusty, lecz zostaną dzielnymi członkami społeczeństwa.

ROZDZIAŁ I.

Znaczenie rodzaju.

Z pierwszej księgi Mojżesza (Genezis, Księga Rodzaju) wiemy, iż wszystko stworzył Bóg.

Gdy Pan Bóg ukształtował świat, stworzył światło, umieścił nad ziemią sklepienie niebieskie, zakreślił granice morza i oddzielił ląd od wody, rzekł wtedy: „Niech zrodzi ziemia ziele zielone i dawające nasienie, i drzewo rodzajne, owoc czyniące według rodzaju swego, któregoby nasienie było w samym sobie na ziemi. I stało się tak. I widział Bóg, że było dobre".

Potem, kiedy Pan Bóg oddzielił czarne chmury, które przepełniały niebo, gdy stworzył jeszcze słońce, księżyc i gwiazdy, rzekł znowu: „Niech wywiodą wody płaz dusze żywiącej i ptactwo nad ziemią pod utwierdzeniem nieba. I stworzył Bóg wieloryby wielkie i wszelką duszę żywiącą i ruszającą się, którą wywiodły wody według rodzaju ich, i wszelkie ptactwo według rodzaju jego. I widział Bóg, iż było dobre. I błogosławił im, mówiąc: Rośnijcie i mnóżcie się i napełniajcie wody morskie, i ptactwo niech się mnoży na ziemi".

I rzekł Bóg potem: „Niech zrodzi ziemia duszę żywiącą, według rodzaju swego: bydło i płaz, i bestye ziemne według rodzajów swoich. I stało się tak".

Wkoncu stworzył Bóg „człowieka" na wyobrażenie swoje: na wyobrażenie Boże stworzył go: mężczyznę i białogłowę stworzył je. I błogosławił im Bóg i rzekł: Rośnijcie i mnóżcie się, i napełniajcie ziemię, a czyńcie ją sobie poddaną, i panujcie nad rybami morskiemi, i nad ptactwem powietrznem, i nad wszystkiemi zwierzętami, które się ruszają na ziemi. I widział Bóg wszystkie rzeczy, które był uczynił: i były bardzo dobre"...

Drogi czytelniku, czyś się zastanawiał kiedykolwiek nad pełnemi znaczenia słowami: „Mężczyzno i kobieto... rośnijcie i mnóżcie się... i napełniajcie ziemię"... czy starałeś się je wytłómaczyć na swój sposób?

Nikt nie wie, jak Pan Bóg stworzył pierwszą parę ludzi,— mężczyznę i kobietę,—jak utworzył pierwsze rośliny i zwierzęta. A jednak fizyologowie i przyrodnicy zdołali zbadać odwieczne prawa natury, rozwiązali niejedno zagadnienie, niejedną tajemnicę, i dziś nikt już chyba nie obali tego, co przed stu z górą laty wypowiedział Lamarck, a w pół wieku po nim rozszerzył i potwierdził szeregiem faktów Darwin: Bóg nie stwarzał oddzielnie każdej rośliny i każdego zwierzęcia, — z ręki Stwórcy powstała jedynie pierwsza para istot żyjących, inne zaś drogą ewolucyi rozwijały się stopniowo z tej pierwszej pary, zaczynając od postaci najniższych do coraz wyższych, doskonalszych; wszystkie więc istoty żyjące aż do człowieka włącznie wiąże nić pokrewieństwa, wszystkie one powstały

dzięki cudownemu prawu natury, które zowiemy prawem rozpłodu, — rozmnażania.

Dawno już temu, kiedy język łaciński był podstawą wykształcenia, źródłem nauki wszelkiej, uczeni, co pisali książki swoje wyłącznie po łacinie, odkryli podstawowe prawa rozmnażania, ująwszy je w następujące, bardzo treściwe zdanie: **omne vivum ex ovo**, co znaczy: „każda istota żywa powstaje z jajka". *)

Nowsza nauka dowiodła prawdziwości twierdzenia tego i dziś nie ulega już najmniejszej wątpliwości, że każde źdźbło trawy i każda roślina kwitnąca, każda ryba i gad każdy, ptak i zwierzę ssące, pies i kot, cielę i źrebię, słoń i dziecko, słowem, każda istota żyjąca powstaje i rozwija się z jajka. Miliony jajek (*ova*), potrzebnych do podtrzymania ludności świata na jednakowym poziomie, zebranych jest w narządach zwanych *jajnikami*, i wszystkie dojrzałe płciowo istoty żeńskie, zarówno ze świata roślinnego jak i zwierzęcego, posiadają jeden lub kilka takich narządów, zdolnych do wytwarzania jajek.

Z drugiej znów strony, każda dojrzała płciowo istota płci męskiej (roślina czy zwierzę) posiada narządy, wydzielające substancyę zapładniającą, która u roślin zowie się *pyłkiem*, u zwierząt zaś — *płynem nasiennym* lub krócej — *nasieniem*. Z połączenia nasienia tego z jajkiem powstaje nowa istota, podobna do rodziców, t. j. takiego samego co oni gatunku:

*) Jest to aforyzm biologiczny lekarza angielskiego A. Harveya (1578—1658). (Przyp. tł.)

z ryby — ryba, z kota — kot, z człowieka tylko człowiek powstać może.

Dzięki skrzętnym i cierpliwym badaniom i poszukiwaniom udało się uczonym odkryć szczegóły powszechnego prawa natury i rozwoju,—prawa, które wyraz swój znalazło w Biblii w zdaniu: „Mężczyzno i kobieto... rośnijcie i mnóżcie się... według rodzaju swego i t. d.“

W rozdziałach następnych wspomnimy pokrótce o sposobach rozmnażania wśród różnych zwierząt, pominąwszy jedynie świat roślin, aby prędzej dojść do człowieka i jego życia płciowego.

ROZDZIAŁ II.

Rozmnażanie się ostryg i ryb.

Jak wiadomo, zwierzęta tem się głównie różnią od roślin, że posiadają układ nerwowy, dzięki któremu mogą odczuwać dotknięcie obcego ciała *) i poznawać byt oraz znamienne cechy otaczających przedmiotów, a to przy pomocy różnych zmysłów, jak naprzykład: wzrok, słuch, smak, dotyk i powonienie. **) Rodzaj ludzki zaś może oprócz tego chcieć i myśleć.

Przy pomocy szczególnego zmysłu oraz dzięki wyższym właściwościom duchowym, jakiemi zostaliśmy

---

*) I wśród roślin istnieją pewne gatunki, jak naprzykład, *czułek wstydliwy* (Mimosa pudica), który jest bardzo wrażliwy *na dotyk*. Jeżeli dotkniemy się lub nawet silnie dmuchniemy na listki pierzaste owej rośliny, listki te składają się natychmiast. (Przyp. tłóm.)

**) Oprócz 5 wyżej wymienionych zmysłów, fizyologowie współcześni podają cały szereg innych jeszcze zmysłów, jak naprzykład: zmysł mięśniowy, dzięki któremu poznajemy takie własności przedmiotów jak: giętkość, elastyczność różnych przedmiotów i t. p., jakich za pomocą pięciu znanych zmysłów nie bylibyśmy w stanie poznać, zmysł ciepła, bólu i t. p. (Przyp. tłóm.)

obdarzeni, potrafimy badać możliwie dokładnie prawa oraz sposoby rozmnażania różnych istot w państwie roślin i zwierząt. Przyjmujemy więc za prawdę nieomylną, że wśród zwierząt i roślin istnieją dwa rodzaje: męski i żeński, samcy i samice, i że każda postać życia zwierzęcego czy roślinnego powstaje z jajka samicy dzięki zapłodnieniu przez nasienie samca. Jest to powszechne prawo natury: prawu temu ulegają zarówno zwierzęta jak i rośliny *).

Aby zapoznać się bliżej ze sposobami rozmnażania, zaczniemy od niektorych niższych form istot organicznych, wkońcu zaś uwzględnimy i najdoskonalszą ze wszystkich istot żyjących na świecie — człowieka. W ten sposób będziemy mogli poznać mnóstwo niezmiernie ciekawych rzeczy, zajrzymy do tajemnych skrytek wiedzy ludzkiej, ujrzymy „cuda i dziwy", o jakich nie śniło się naszym przodkom.

Wśród niższych form życia zwierzęcego istnieje mnóstwo gatunków, które przedłużają rodzaj swój w ten sposób, jak to się dzieje wśród roślin, t. j. każde zwierzę posiada podobnież jak i kwiatek każdy zarazem męskie i żeńskie narządy rozrodcze.

*) Niema reguły bez wyjątku. Istnieją bowiem zwierzęta najniższe, zaliczone do typu pierwotniaków, jak naprzykład, *pełzak* czyli *ameba*, *wirczyk* i t. d., które rozmnażają się przez dzielenie, t. j. dojrzała płciowo istota rozpada się na dwie lub więcej części. *Gąbka* zaś, należąca również do typu pierwotniaków, wytwarza jajeczka, z których wylęgają się młode. Jeszcze inne zwierzęta, zaliczone do typu *jamochłonów*, jak naprzykład, *stułbia* czyli *hydra*, rozmnażają się albo przy pomocy jajek, albo też przez t. zwane pączkowanie i t. d. (Przyp. tłóm.)

Jako przykład weźmy *ostrygi*, należące do typu mięczaków: zamknięte w mocnej muszli, której skorupki często są sklejone, leżą nieruchomo na kupie. Tylko niektóre ślimaki mogą otwierać skorupki lub oddalać się z muszli.

Gdyby więc w takich okolicznościach byli stworzeni oddzielnie samcy i oddzielnie samice, nie mogliby pierwsi dostać się do drugich, aby zapłodnić jajka. Dlatego to u ostryg i innych jeszcze niższych gatunków zwierząt każda istota jest obojnakiem, dwupłciowcem (hermafrodytą), t. j. posiada w swem ciele zarówno męskie jak i żeńskie narządy płciowe i zapładnia własne jajko, zanim je wyda na świat.

Jajko ostrygi po zapłodnieniu zostaje wypchnięte przez swego „ojca-obupłciowca“ i pływa w wodzie, póki nie zetknie się ze skałą, skorupką lub innym jakimś twardym przedmiotem, do którego przylepia się w tejże chwili i wkrótce wytwarza sobie skorupkę, — muszlę, która jest równocześnie obrońcą i więzieniem jego.

Przypatrzmy się teraz rozmnażaniu ryb.

O rybach wyraźnie było powiedziane w Księdze Rodzaju: „Stworzył je, samca i samicę“. Samice posiadają bardzo duże jajniki i wiele gatunków wytwarza zadziwiająco wielką liczbę jajek. Tak naprzykład istnieje pewien gatunek stokfiszów, które zawierają w jajnikach po 16—20 milionów jajek. Powszechnie znane w Polsce karpie znoszą do wody 300.000—600.000 jajeczek. Inne gatunki ryb jeszcze więcej.

A teraz zadajmy sobie pytanie: czy z każdego takiego jajeczka powstaje rybka? Nie! gdyby bowiem tak było, to po pewnym, bardzo małym nawet

przeciągu czasu z jednej pary karpi powstałyby miliardy ryb tak, że wkońcu zabrakłoby dla nich wody i pożywienia.

W rzeczywistości z owych setek tysięcy jajeczek karpich tylko niewielka liczba rybek rozwija się i dojrzewa, reszta zaś jajek ginie, zamiera, lub też staje się łupem innych zwierząt, a nieraz i rodziców swoich *), a i z tych, które wyklują się z jajka i wyrosną, większość pada ofiarą ryb drapieżnych, zewsząd czyhających na łakomą zdobycz. Dlatego to w naturze istnieje ciekawe zjawisko: najobficiej rozmnażają się te gatunki, które najbardziej stają się łupem, które mają najwięcej wrogów. Te zaś, które odznaczają się zwinnością, które posiadają silnie rozwinięty instynkt samozachowawczy, jak naprzykład *pstrąg*, nie potrzebują obawiać się wielu wrogów, składają więc jajek znacznie mniej; pstrąg naprzykład składa zaledwie 600 jajek.

Tak więc w przyrodzie trwa wieczny bój, wieczna walka o życie: *jedne zwierzęta pożerają drugie, by stać się łupem innych.*

Powróćmy jednak do ryb. Czytelnik słyszał zapewne o tem, że tak znane powszechnie gatunki ryb, jak naprzykład śledzie, pływają często w jednem miejscu setkami, ba! tysiącami nawet, i tak się tłoczą jedne na drugie, że nie mogą się ruszać poprostu. W ściśle określonych porach roku gromady śledzi, składające się z miliardów osobników, przypływają

*) Sandacz, naprzykład, pożera własne młode. (Przyp. tłóm.)

z głębokości morskich do buchł, do ujścia rzeki albo też do brzegu morskiego, gdzie woda jest stosunkowo płytka i ciepła, i tutaj samice (ikrzaki) składają jajka swoje (ikrę), a samcy (mleczaki), zapładniają je nasieniem (mleczkiem), poczem z powrotem odpływają na otwarte morze.

Jajka rybie są otoczone gęstą substancyą, ktora podobna jest cokolwiek do białka jaja kurzego. Substancya ta pływa w wodzie, tworząc szeroką cienką warstwę, wewnątrz której znajdują się spojone ze sobą jajeczka.

Aby mieć jaśniejsze o zjawisku tym pojęcie, weźmy jajko kurze, rozbijmy je i wylejmy zawartość do szerokiej napełnionej wodą wazy, wtedy zauważymy, jak białko, otaczając żółtko, rozciągnie się cienką warstwą.

Gdy jajka samic złożone są w ten sposób w wodzie, przypływają samcy i polewają je substancyą (mleczkiem), która zawiera już nie jajeczka, lecz n a s i e n i e, t. j. maleńkie żyjątka, tak zwane *spermatozoa*: żyjątka te przy zetknięciu się z jajkami przenikają je i zapładniają.

Zapłodnione jajka ulegają szybko różnym, ciekawym bardzo zmianom, aż wkońcu (zwykle po kilku dniach) wykluwają się z nich maleńkie rybki takiej samej postaci, co i ich rodzice.

Jak widzimy, zapłodnienie odbywa się w danym wypadku poza ciałem matki-samicy, jajka zaś i młode, które z jajek się wykluwają, od pierwszej chwili są porzucone przez rodziców *).

*) I tutaj również musimy wspomnieć o wyjątku, jaki stanowi mała, powszechnie znana w wodach naszych rybka,

Tak więc młode rybki od pierwszego dnia życia swego muszą „myśleć“ same o sobie i szukać pożywienia, rodzą się więc podobnież jak i ostrygi sierotami, rosną same, bez opieki i pomocy z czyjejbądź strony, pozostawione wyłącznie własnemu instynktowi zachowawczemu. To też wiele z nich ginie z braku pożywienia lub też staje się łupem łakomych wrogów.

---

zwana ciernikiem (katem), która buduje w wodzie gniazdko, podobne do mufki z otworami z dwóch przeciwległych końców. W gniazdku tem, przytwierdzonem do jakiejkolwiek rośliny podwodnej i zbudowanem przez ojca, składa matka jajka, z których wylęgają się potem młode. Pielęgnowaniem dzieci zajmuje się nadzwyczaj troskliwie *ojciec*, matka bowiem po złożeniu jajek oddala się natychmiast.

(Przyp. tłóm.)

ROZDZIAŁ III.

Rozmnażanie się owadów i ptaków.

Sposoby rozmnażania się owadów są jeszcze ciekawsze. I tutaj, podobnież jak i u ryb, istnieją dwa rodzaje: płeć męska i płeć żeńska. Samica posiada jajniki, w których wytwarzają się jajeczka, samcy zaś— narząd, gdzie znajduje się nasienie. Jest jednak pewna różnica w sposobie zapładniania u ryb a owadów.

U pierwszych, jak to już widzieliśmy, jajko zostaje zapłodnione poza łonem matki, u owadów zaś przeciwnie: jajka samic zbierają się w woreczkowatym narządzie, zwanym macicą. Macica jest tak urządzona, że, gdy samiec spółkuje z samicą, nasienie zostaje wstrzyknięte do macicy. Każde jajko, które otrzyma przytem część tego nasienia, zostaje w ten sposób zapłodnione i zdolne jest już teraz do rozwinięcia takiego gatunku stworzenia, do jakiego należeli rodzice. Zowie się to u kwiatów zapłodnieniem, u zwierząt zaś — poczęciem, zajściem w ciążę; jajko po zapłodnieniu znajduje się zazwyczaj w substancyi, która służy do dwóch celów: ochrania przedewszystkiem od szkodliwych wpływów, a po drugie dostarcza pożywienia młodym, gdy zaczną się rozwijać.

Pospolicie znane muchy należą do owadów nadzwyczaj płodnych: składają one znaczną liczbę maleńkich, walcowatych jajeczek na padlinie, na zgniłem mięsie, na nawozie, na chlebie zepsutym i t. d. Po upływie 12 –24 godzin z jajeczek wykluwają się maleńkie, robakowate, beznogie g ą s i e n i c z k i. Z gąsieniczek tych rozwijają się potem baryłkowate p o c z w a r k i, otoczone luźną skórką; poczwarki nie karmią się wcale aż do chwili kiedy skórka pęknie i wyleci z niej młoda muszka.

Niektóre owady składają jajeczka swoje w ziemi i wtedy młode karmią się substancyami organicznemi, jakie zawsze są zmieszane z ziemią. Inne znów gatunki owadów wywiercają w korze lub listkach drzew maleńkie dziurki i tam składają jajeczka, a wtedy młode gąsienice karmią się delikatnemi częściami rośliny.

Rodzice-owady nie opiekują się dziećmi swojemi, albowiem śmierć zbliża się do nich bardzo prędko z chwilą, gdy jajka zostały zapłodnione i złożone w odpowiedniem miejscu. Pod tym względem owady podobne są do roślin, bo i tutaj „rodzice“ więdną i obumierają, gdy zawiązek został zapłodniony; podobne są one również do ostryg i ryb, których potomstwo — jeżeli można się tak wyrazić — rodzi się sierotami, rośnie i żyje bez opieki i pomocy matki.

Wśród ptaków proces rozmnażania jest cokolwiek inny, odrębny. Samice posiadają jajka, samcy zaś — nasienie; podobnież, jak to się dzieje wśród owadów, jajka ptasie zostają zapłodnione w łonie samicy podczas spółkowania z samcem. Stosunek ten zowie się p a r z e n i e m; nasienie zostaje wtłoczone do macicy, i zapłodnione jajko powiększa się w roz-

miarach swoich, aż wkońcu, gdy stanie się dostatecznie duże, otacza się skorupką i zostaje wydalone z ciała na zewnątrz, czyli — jak to się mówi — samica znosi jajka i składa je do gniazda, które rodzice budują ze szczególną umiejętnością i mądrością.

Gdy dostateczna liczba jajek jest już złożona w gniazdku, samica zaczyna pracę wysiadywania czyli wylęgania, t. j. siada na jajka i własnem ciałem je ogrzewa, obraca od czasu do czasu na drugą stronę, aż wkońcu z jajka wylęga się pisklę, przebija dziobkiem skorupkę i zjawia się na świat Boży.

Początkowo musi być taka maleńka ptaszyna starannie pielęgnowana i karmiona przez rodziców swoich, zanim podrośnie i zdolna będzie do latania i szukania sobie pożywienia. Czytelnik widział zapewne nieraz, jak młoda ptaszyna, goła, bez piórek i skrzydełek, je to tylko, co jej przyniosą i włożą do rozwartego dziobka rodzice.

Ptaki nie karmią się, jak inne zwierzęta, mlekiem, lecz delikatnemi źdźiebełkami trawy, ziarnkami, małymi robaczkami i muszkami, a o wszystko to troszczą się rodzice, szukając pożywienia z narażeniem życia własnego. Z jakąż niecierpliwością oczekują pisklęta powrotu rodziców swoich, jaka radość powstaje, gdy ujrzą ich zbliżających się do gniazda, a z jaką pieczołowitością i zaparciem się chronią swe pisklęta samiec i samica!

Ileż to pięknych stron życia rodzinnego, godnych naśladownictwa, widzimy wśród ptaków! Niejeden ojciec i niejedna matka mogliby wiele skorzystać dla siebie, przyjrzawszy się bliżej i uważniej życiu rzeszy skrzydlatej.

ROZDZIAŁ IV.

Rozmnażanie się ssaków.

Rozdział niniejszy zaczniemy od opisu zwierząt tak zwanych *workowatych*.

Tego rodzaju zwierzęta posiadają na zewnętrznej stronie brzucha worek, podobny do torby, w którym noszą i ochraniają młode swoje. Najwięcej gatunków zwierząt workowatych żyje obecnie w Australii, w Ameryce zaś spotkać się można z drapieżnym okazem tych zwierząt, t. zw. d y d e l f e m. Najpospolitszym zaś i najczęściej spotykanym w suchych, bezwodnych stepach Australii jest *kangur*, wysokości człowieka. Żywi się on pokarmami roślinnymi, głównie trawą. Zapłodnienie jajek kangura-samicy odbywa się wewnątrz macicy podczas stosunku z samcem. Jajka te nie posiadają jednak twardej skorupki, jak to widzieliśmy u ptaków, nie są składane do gniazda i nie wylęgane: z jajek wewnątrz macicy rozwijają się młode, które przychodzą na świat słabe, małe i niedołężne; matka podnosi je przedniemi łapkami i wkłada do torby, gdzie młode karmią się jej

mlekiem. Kiedy zaś podrosną i nabiorą sił, wylażą wtedy z torby i uczą się biegać, powracają jednak do swej „kołyski", aby pożywić się, odpocząć lub ukryć się przed niebezpieczeństwem. Wkońcu jednak, gdy się już młode zupełnie odkarmią, „kołyska" marszczy się i jest już zbyteczna, póki nie zjawi się nowa ciąża, a wtedy znów spełnia przeznaczenie swoje.

Szczególniej godnym uwagi jest sposób spółkowania wśród tak zwanych *ssaków*. Dotyczy to wszystkich zwierząt, których młode ssą, t. j. karmią się mlekiem, wydzielanem przez gruczoły, zwane piersią, wymionami i t. d.

U ssaków wogóle, podobnież jak i u zwierząt workowatych, zapłodnienie jajek jest ostatecznym wynikiem spółkowania; wylęganie jednak młodych w ciele matki trwa daleko dłużej, niż u zwierząt wyżej wymienionych. Samica ssaków nie znosi jajek, jak to się dzieje wśrod owadów, ryb, gadów lub ptaków, nie posiada również worka, którym zostały obdarzone kangury i t. d. Jajka i młode, które z jajek powstają, rozwijają się w ciągu tygodni i miesięcy całych w łonie samicy, karmią się jej krwią, rosną, aż wkońcu osiągną odpowiednią wielkość i siłę, a wtedy zostają wypchnięte podczas porodu na zewnątrz, karmią się jeszcze przez pewien czas piersią matki, aż do chwili, gdy staną się dostatecznie duże i zdolne do przyjmowania tych pokarmów, jakimi odżywiają się ich rodzice.

Przeciąg czasu, niezbędny do dostatecznego rozwinięcia się młodego wewnątrz macicy wynosi u jednych ssaków 2—3 tygodnie, u innych znów rok i dłużej jeszcze. Źrebięta naprzykład rozwijają się w ciele

klaczy w ciągu 12 miesięcy; dziecko przebywa w łonie matki około 9 miesięcy.

Tak więc każdy z nas, zanim przyszedł na świat, przebywał w łonie matki, rósł tam, dostawał od swej rodzicielki najlepszą część krwi serdecznej, karmił się tem, co ona spożywała, otrzymał od niej pierwsze wrażenia i uczucia, które z pewnością miały znaczenie dla jego późniejszego życia i którym wiele zawdzięczać może.

Szczęśliwy ten, kto został poczęty w chwili prawdziwej miłości i radosnego, a czystego upojenia rodziców swoich, — szczęśliwy, jeśli odziedziczył po nich szlachetne usposobienie, prawy charakter, zalety duchowe i moralne, siłę i zdrowie, piękne rysy twarzy! Szczęśliwi rodzice, którzy mogą się poszczycić, że dziecko ich zostało zrodzone z miłości, a nie z nizkiej, zwierzęcej chęci użycia rozkoszy zmysłowych, — z rozpusty!

Od wieków było prawdą i pozostanie nią na wieki, że „dla człowieka czystego wszystko jest czyste“. Co Bóg stworzył nie może być uważane za „pospolite“ lub „nieczyste“.

ROZDZIAŁ V.

Narządy płciowe mężczyzny.

Nieznajomość budowy i czynności narządów płciowych, a także brak najmniejszego choćby pojęcia o stosunku ich do innych części ciała ludzkiego—są to zjawiska bardzo rozpowszechnione wśród młodzieży naszej. Oczywiście winna jest tutaj szkoła średnia, lecz winna również i młodzież sama, która nie wie, czy nie chce wiedzieć, że głównym celem człowieka: **nosce te ipsum**, — *poznaj samego siebie.*

Miałem sposobność rozmawiać z bardzo wielu młodzieńcami, którzy pomimo rzetelnej inteligencyi swojej i znacznego nawet wykształcenia (oczywiście, nie pod względem nauk przyrodniczych!) odznaczali się karygodną nieznajomością anatomii i fizyologii własnego ciała. Szczególniej zaś rozpowszechnione jest mniemanie, że narządy płciowe i narządy moczowe to jedno i to samo. Rozmawiałem z młodzieńcami, którzy twierdzili, że w mosznie wytwarza się nasienie i... urvna. Inni znów, co wiedzieli, że nasienie wytwarza się w jądrach, i że jądra znajdują się w mosznie (w worku mosznowym), mówili, że nasienie pozostaje w nich do tej chwili, aż „ciało wypchnie" je na zewnątrz.

Byli wreszcie i tacy, co święcie wierzyli, że nerki należą do układu płciowego, i że dolegliwości nerek i pęcherza są chorobami płciowemi.

Tego rodzaju błędne pojęcia — to zjawiska bardzo powszechne wśród znacznej większości młodzieży naszej. Aby więc wszyscy, co czytają książkę niniejszą, zrozumieli anatomię narządów wyżej wymienionych i pojęli wywody nasze, zamieszczone w rozdziałach następnych, musimy przedewszystkiem dać krótki choćby opis układu moczowego i płciowego.

Zaczniemy od nerek. Są to dwa niezmiernie ważne gruczoły, kształtem swoim przypominające ziarna bobu, umieszczone w jamie brzusznej z obu boków kręgosłupa, poniżej krzyża i poziomu pępka, a więc nie w dolnej okolicy krzyża, jak to nieraz mniema większość chorych na nerki. Zadaniem nerek jest wydalenie z ustroju pewnych produktów spalenia, szkodliwych dla zdrowia. Przy pomocy przewodów, posiadających włókna mięśniowe i zdolnych do robaczkowego kurczenia się, łączą się obie nerki z pęcherzem moczowym, który ma kształt worka podługowato-okrągłego, objętości 200 -300 cent. sześciennych; w worku znajduje się *mocz* czyli *urvna*. Pęcherz odznacza się zdolnością rozciągania się, t. j. powiększania swych rozmiarów, co ma wielkie znaczenie dla... amatorów piwa. Waga nerek wynosi 189—360 gramów. Z pęcherza przez członek męski prowadzi kanał zwany *cewką moczową*, długości 15 —17 centymetrów. Z cewki, gdy zajdzie tego potrzeba, wycieka urvna, płyn o swoistym zapachu i nie jednakowem zabarwieniu. Nerki, przewody, pęcherz i cewka moczowa stanowią razem układ moczowy.

Załatwiwszy się pokrótce z układem moczowym, przejdziemy teraz do opisu układu płciowego, który składa się z następujących części: pary jąder i pary przyjąder, umieszczonych w worku jądrowym tak zw. *moszne*, dwóch przewodów nasiennych i dwóch pęcherzyków nasiennych.

Jądra kształtem swoim przypominają małe spłaszczone jajka i zawierają ogromną liczbę gałązek nerwów i drobniutkich kanalików nasiennych. W tych ostatnich wytwarza się *nasienie męskie*, w którem znajdują się *niteczki nasienne* czyli *plemniki* (*spermatozoa*). Są to nadzwyczaj maleńkie żyjątka, z wyglądu podobne do kijanek żabich, odznaczające się wielką zdolnością poruszania się. Otoczone gęstym płynem o swoistym zapachu, gdy zostaną wydalone na zewnątrz, zaczynają się szybko poruszać, dzięki skurczom ogonka. Własności tej nie tracą one w narządach płciowych kobiety w ciągu 8—10 dni, na powietrzu zaś obumierają po kilku minutach.

Do każdego jądra przylega długi wałeczkowaty narząd zwany *przyjądrzem*.

Jak już zaznaczyliśmy wyżej, nasienie wytwarza się w jądrach, skąd przez *przewody nasienne*, t. j. kanały o długości mniej więcej 32 cm., zostaje przeprowadzone do *pęcherzyka nasiennego* (vesicula seminalis). Jest to zbiornik, znajdujący się w pobliżu cewki moczowej. Podczas spółkowania nasienie z pęcherzyka wytryska przez *cewkę moczową*, stanowiącą kanał *członka męskiego* czyli *prącia*. Ten ostatni narząd służy do dwóch celów: 1) do wydalania moczu na zewnątrz i 2) do wprowadzania nasienia do pochwy kobiecej podczas stosunku płciowego. W chwilach silnego

podniecenia płciowego prącie wypręża się, twardnieje i zwiększa się w rozmiarach swoich i dzięki temu może być wprowadzone do pochwy kobiecej. Zwiększanie się rozmiarów i stwardnienie prącia bywa wywołane przypływem krwi do *ciał gąbczatych* prącia, zawierających znaczną liczbę *jam i węzłów*.

Te krótkie wyjaśnienia i pobieżny opis obu układów wystarczą chyba, aby zrozumieć, że istnieje pomiędzy nimi różnica i że chorób nerek i pęcherza nie można uważać za jednoznaczące z chorobami płciowemi. Inna rzecz, że niektóre z chorób płciowych mogą dotknąć i układ moczowy; można być jednak chorym na nerki lub pęcherz, a mimo to posiadać w porządku narządy płciowe.

Tylko nieznajomość budowy i czynności ustroju może zrodzić tego rodzaju błędne i graniczące z ciemnotą gminną pojęcia, o jakich mówiliśmy na początku rozdziału niniejszego.

Gdyby szkoła średnia zmniejszyła zakres niektórych przedmiotów, nie mających żadnego znaczenia praktycznego, a obciążających jedynie umysł młodocianych szeregiem „faktów,“ które już dawno przestały być faktami (naprzykład niektóre brednie z Historyi powszechnej, Historyi Starego Testamentu i t. p.), gdyby zechciała natomiast powiększyć program nauk przyrodniczych, uwzględniając, rozumie się, najnowsze zdobycze wiedzy biologicznej, a nie przestarzałe poglądy,— mniej byłoby młodzieńców słabych, zniedołężniałych i chorych z urojenia lub—co gorsza—z nieznajomości rzeczywistych warunków zdrowia i najelementarniejszych zasad hygieny.

ROZDZIAŁ VI.

Okres dojrzewania płciowego.

Jeżeli przyjrzymy się zdrowo urodzonemu dziecku, to zauważymy, że od pierwszej chwili posiada ono narządy płciowe, których cechy znamienne pozwalają określić, do jakiej płci należy. Znajdują się one jednak w pierwszym dopiero okresie rozwoju i muszą pozostać niedorozwinięte i bezczynne aż do 20-go mniej więcej roku życia.

Istnieje mnóstwo bardzo poważnych przyczyn tego powolnego rozwoju narządów płciowych. Z pomiędzy nich główna jest ta, że znaczna ilość siły życiowej służy ku temu, aby zebrać niezbędne do rozmnażania siły; póki sił tych niema, nie może być mowy o używaniu narządów rozrodczych.

A zresztą, gdyby popęd płciowy odrazu się rozwinął, domagałby się gwałtownie zaspokojenia, i dziecko szukałoby tylko lada sposobności do uczynienia zadość żądzy swojej; wywołałoby to w chłopcu pobudliwość i upór. Tutaj zaś niezbędne jest doświadczenie, mądrość, rozsądek, umiejętne panowanie nad sobą i sumienność, aby powściągnąć popęd.

Póki więc dziecko nie rozwinie się zupełnie, co następuje dopiero w 20—21 roku życia, nie może się troszczyć o czynność płciową, gdy dojdzie bowiem do pełnoletności, gdy zmądrzeje i nabierze praktyki życiowej, zdoła wtedy okiełznać takiego dzikiego źrebaka, za jakiego uważać można ustrój młodzieńca, ulegający wpływom czynności płciowej.

Oprócz tego wiadomo, że wszystkie istoty ludzkie w pierwszych latach życia swego są zupełnie niezdolne zarówno pod względem fizycznym jak i duchowym, społecznym jak i materyalnym do spełniania różnorodnych i bardzo uciążliwych obowiązków rodzicielskich, jakie spadłyby na nie nieuchronnie, gdyby posiadały od pierwszej chwili moc płodzenia.

A zresztą, cóżby to było za potomstwo, zrodzone przez niedorozwinięte pod każdym względem dzieci! Świat przepełniłby się słabeuszami umysłowymi— dziećmi słabeuszów fizycznych.

Ileż to lat potrzeba, aby zdobyć wychowanie i doświadczenie, tak niezbędne w życiu naszem! Ćwierć wieku poświęcamy na to, aby posiąść przymioty nieodzowne do spełniania świętych obowiązków życiowych...

Oprócz wyżej wymienionych przyczyn istnieje jeszcze mnóstwo innych słusznych powodów, których podawać tutaj nie będę, gdyż zajęłoby to zbyt dużo miejsca i czasu.

Obecnie zaś przejdę do wpływu, jaki okazuje zupełny rozwój narządów płciowych na inne części i czynności ciała. Wpływ ten daje się zauważyć nietylko u człowieka, lecz i u wszystkich prawie ssaków.

Przypatrzmy się, naprzykład, różnicom, jakie istnieją pomiędzy ogierem a wałachem. Pierwszy posiada piękną grzywę i ogon, silną i wdzięcznie wygiętą szyję, giętkie członki; cała jego postać — to pełnia siły i zręczności, a duma jego i pyszność zwracają uwagę wszystkich, budzą podziw i zachwyt. Tak wielka jest siła ogiera, tak potężny zapał, tak energiczna i płomienna natura cała, że nietylko dziecko, lecz nawet i niezbyt silny i odważny mężczyzna dorosły nie zdoła go poskromić.

Wałachowi zaś, przeciwnie, brak tego wszystkiego: nie ma on ani takiej siły muskułów, ani takiej zręczności: kark i członki posiada lżejsze, grzywę i ogon rzadsze, chód jego pozbawiony jest pewności i wdzięku, i wogóle jest on stosunkowo gnuśny i ospały, niema w nim tej iskry życia, jaką widzimy w ogierze. Różnica zaś pochodzi stąd, że ogier posiada jądra, gdy tymczasem wałachowi je wycięto, gdy był jeszcze młodym źrebakiem, i dlatego nie mógł rozwinąć w sobie owej pełni sił i zręczności.

Taką samą różnicę widzimy pomiędzy bykiem a wołem, pomiędzy baranem zwykłym a baranem mniszonym.

Jeżeli poddamy młodego koguta kastracyi, nie będzie on miał gdy podrośnie ostróg na nogach, grzebienia na łbie, błyszczącego upierzenia, pysznego ogona i — co ważniejsza — pozbawimy go w ten sposób dodatnich stron jego „charakteru“: dumy, odwagi i pewności siebie; będzie to istota duża i tuczna, lecz niezgrabna, podstępna i gamoniowata, która pod spojrzeniem jastrzębia zacznie krzyczeć trwożliwie, jak najmniejsze kurczątko.

Kogut zaś, przeciwnie. Jeżeli pozwolimy mu rozwijać się zgodnie z naturą, zostanie obdarzony długiemi i silnemi ostrogami, wysokim czerwonym grzebieniem, pysznym, zadartym sierpowato do góry ogonem, nogami silnemi, zdolnemi do skoków; a jakaż energia i duma cechuje chód jego!

Niezależnie od tych zalet fizycznych odznacza się kogut rozsądkiem, dzielnością i wojowniczością, co czyni go zawsze zdolnym do walki, a także umożliwia wobec wroga podskoczyć i donośnym krzykiem odpędzić śmiałka lub ostrzedz wszystkie kury przed niebezpieczeństwem.

Prawidłowo rozwinięty kogut szuka pożywienia, a gdy je znajdzie, zwołuje „damy“ swoje, aby wzięły udział w uczcie. Kastrowany zaś kogut (ofiarę taką zowią zwykle „kapłonem“) jest zbyt leniwy do poszukiwań, nawet gdy idzie o jego własny żołądek.

Wśród wszystkich ptaków najsilniej rozwinięta jest pod względem fizycznym płeć męska — samcy, obdarzeni wspaniałem upierzeniem, siłą, odwagą i zręcznością, a czasem nawet pięknym głosem, którym umilają czas towarzyszce, gdy ta składa jajka do gniazdka i wylęga pisklęta.

Usiądzie sobie taki „małżonek“ na gałązce w pobliżu gniazdka i dalejże śpiewać, wyciągać wesołe nutki i tryle; w ten sposób wyraża ono samicy zadowolenie, miłość i radość, a gdy ujrzy, że niebezpieczeństwo zagraża jego połowicy lub piskletom, nie ulęknie się wroga i walczyć z nim będzie na śmierć lub życie.

To samo widzimy i u zwierząt żyjących stadami: żubrów, bawołów, dzikich koni, antylop i t. d.,

które bardzo często podlegają napadom ze strony podstępnych i drapieżnych zwierząt, jak naprzykład pantera lub wilk; — i tutaj najbardziej silnymi i odważnymi są samcy: prowadzą oni stado i w razie niebezpieczeństwa stają na przedzie, a oprócz tego ochraniają boki i tył stada, a gdy zajdzie potrzeba, walczą o wspólne bezpieczeństwo z zadziwiającą pogardą dla śmierci. Uważne przyglądanie się zwyczajom takich zwierząt dowodzi tego, że samice i młode, słabe potomstwo jest zawsze strzeżone i ochraniane przez rzeźwych, pełnych sił i zawsze gotowych do walki samców. — Jest to obraz bez zaprzeczenia piękny, powabny, godny naśladownictwa.

Ten tak ważny wpływ płci na charakter, spotykany niemal na każdym kroku u niższych zwierząt, jeszcze wyraźniej występuje u człowieka i większe ma dla niego znaczenie.

Pełny rozwój płciowy mężczyzny jest ściśle związany z rozwojem innych części ciała i czynności całego ustroju, rozumu i duszy. Nie można nadużywać muskulatury, układu odżywania lub układu nerwowego bez szkody dla układu płciowego i — odwrotnie — nie można zmarnować i wyniszczyć narządów płciowych, nie naraziwszy się na dotkliwe straty i zaburzenia w innych częściach ciała, pozostających z nimi w ścisłym związku. Kto marnuje swoje narządy rozrodcze,—ten trwoni zalety charakteru, ten traci zdolności umysłowe i duchowe.

Przypatrzmy się więc nieco bliżej zmianom, jakie występują u chłopców w okresie dojrzewania płciowego.

Zanim rozwiną się narządy płciowe, zanim zaczną spełniać czynność swoją, każdy chłopiec w większosci wypadków ogromnie jest podobny zarówno co do zewnętrznego wyglądu, jak i co do charakteru, gustu i t. p. do przeciętnej dziewczynki takiego samego co i on wieku: ciało chłopca posiada taką samą wielkość co i dziewczynki, ramiona opuszczone — takiej samej mniej więcej szerokości co i biodra, muskuły słabe, nierozwinięte, jakby ospałe; włosy na głowie długie, piękne i lśniące: ani znaku zarostu na twarzy lub innych częściach ciała; głos cienki, zbywa mu na dźwięczności, — a w śpiewie brzmi jak sopran lub alt, albowiem struny głosowe są jeszcze zbyt krótkie i cienkie, aby mogły wytwarzać niższe tony. Skłonności i pojęcia, smak i poglądy są prawie te same co i dziewcząt; oboje wcześnie zaczynanają się uczyć, przyczem „niektóre przedmioty“ są przeznaczone do nauki wyłącznie dla chłopców, inne zaś dla dziewcząt, jak to się dzieje w większości krajów cywilizowanych.

Jest to pierwsza s t u c z n i e w y t w o r z o n a r ó ż n i c a pomiędzy chłopcem a dziewczynką, a za nią idą następne.

Kiedy jednak zaczną się rozwijać narządy płciowe, można wtedy bezpośrednio zauważyć wiele zmian: tak naprzykład, ciało chłopców mężnieje, rozszerzają się ramiona i klatka piersiowa, wzrasta pojemność płuc, muskuły krzepną, na głowie wyrasta bujna czupryna, a delikatny, prawie niewidzialny puszek, który pokrywał niektóre części ciała chłopców, zamienia się na włosy. Stopniowo zjawia się upragniony zarost na

twarzy, a gęsta kępa włosów pokrywa również dolne części brzucha, tuż przy prąciu, i miejsca pod pachami. Rozszerza się również kanał oddechowy, a na gardle zjawia się tak zwane „jabłko Adamowe“; struny głosowe grubieją, głos mężnieje, t. j. ulega tak zw. mutacyi; sopran przekształca się w nizki bas, lub potężny tenor, słowem, głos jest już zupełnie ustalony co do brzmienia.

Wszystko to powstaje jedynie dzięki temu, że jądra rozwijają się prawidłowo i wytwarzają zapładniające nasienie. — I oto młodzieniec przedzierzga się w mężczyznę, istotę stworzoną na obraz i podobieństwo Boże, zdolną do rodzenia istot sobie podobnych.

Dla poważnie myślącego badacza posiadają znaczenie nietylko zmiany fizyczne, jakie zachodzą w młodzieńcu, lecz — co ważniejsza — zmiany duchowe i moralne.

Zapał młodzieńczy i zmysł moralny powinny harmonizować z siłą muskułów i całego wogóle ustroju.

Ileż to razy z ust prawidłowo rozwiniętego młodzieńca, widzącego czyn okrutny lub bezprawie, wybiegają słowa: „to nikczemne — to podłe!...“

Podobnie, jak to się dzieje u dzikich nawet zwierząt, gdzie samcy, stojąc na czele stada, strzegą i bronią samic i młodych, tak samo i młodzieniec zdolny jest i ochotny towarzyszyć damom i strzedz je od napaści. Kto bowiem korzysta z nieprzychylnego położenia drugiego, ten upada niżej bydlęcia.

Gwałt, uwodzenie i t. p. zbrodnie dokonywane są tylko przez tych, co anormalnie się rozwijali przed dojściem do pełnoletności. Tylko od wstrętnych samolubów i zbrodniarzy moralnych możemy się spodziewać krzywdzenia płci słabej. Normalnie rozwinięty pod każdym względem mężczyzna jest zawsze dżentlmenem, t. j. człowiekiem honoru i prawego charakteru; celem takiego człowieka winno być ochranianie kobiety przed niebezpieczeństwem i napaścią.

Wierzmy, iż tylko taki mężczyzna godny jest miana człowieka; stoi on zawsze wysoko zarówno pod względem fizycznym jak i duchowym, moralnym jak i społecznym.

Zdarzają się coprawda wypadki, że rozbryka się jakiś nieokiełznany człowieczyna i zachowuje się w godny nagany sposób. Szczególniej daje się to widzieć wśród chłopców, rozwijających się zbyt szybko, którzy nie wiedzą, co mają z sobą robić, nowe bowiem wzruszenia, uczucia i wrażenia napływają tak raptownie, że nie można niemi po prostu opanować—i oto chłopiec taki staje się zuchwałym i upartym, nie słucha dobrych rad i wskazówek rodziców i nauczycieli, którzy chcą nim kierować i przy lada sposobności ucieka z domu lub szkoły.

Z jakąż radością wolałby on zostać zbójcą, Rinaldo-Rinaldinim, Robinzonem, walczyć z Indyanami i t. d. A przynajmniej pragnąłby on ze wszystkich sił być wolnym, zaznać przygód, upoić się podbojami.

Z jakąż ochotą i bez najmniejszego strachu dosiadłby on rozbrykanego rumaka, uciekłby z najpiękniejszą i najbogatszą dziewicą, pojął ją za żonę, za-

władnął jej milionami i strzegł przed niebezpieczeństwem z narażeniem życia własnego *).

Jedynym błędem tych młodzieńców jest nadmiar energii życiowej, której nie umieją utrzymać w karbach i zużytkować w odpowiednim kierunku.

Jeżeli jednak towarzysze ich są dosyć rozsądni, jeżeli znajdą się sposoby do wyładowania tej energii, z chłopca takiego może wyrosnąć prawy i dobry człowiek, zacny mąż stanu, godny członek społeczeństwa.

W okresie szybkiego rozwoju młodzieńczego powinniśmy każdemu chłopcu stawiać ciągle przed oczyma wzniosłe ideały i godne naśladowania przykłady męskości. Należy zwracać mu uwagę na to, że powinien być z niego dzielny mężczyzna, pełen siły i piękna fizycznego; powinien więc dbać o zdrowie ciała i ducha, nie zaniedbywać ćwiczeń gimnastycznych, godziwych rozrywek i sportów, które wyrobią w nim siłę, rzutność, odwagę, zręczność, piękne kształty i ruchy powabne. Dzięki zdrowemu odżywianiu się i unikaniu rozpustnych przyzwyczajeń zdobędzie on zdrowie, bujne włosy i zarost, zdrową cerę twarzy, jasne, spokojne oczy i silne zęby. Dzięki takim zaletom z łatwością uda mu się posiąść siłę woli i pogodny stan ducha, rozsądny sposób myślenia, moc męską, godność i powagę, słowem, wszystkie czynniki, niezbędne

---

*) Tacy, pełni sił życiowych młodzieńcy istnieją w Ameryce i może w innych częściach świata, bądź co bądź nie u nas, w Królestwie Polskiem: znaczna większość młodzieży naszej to „rycerze“ prostytutek i „dam“ z półświatka, rumakiem tych młodzieńców—rozpusta, a polem działania—kawiarnia lub knajpa. (Przyp. tłóm.)

do godziwego i sprawiedliwego panowania nad tem, co potrzebuje jego obrony i pomocy.

Szekspir miał zapewne na myśli takiego właśnie mężczyznę, gdy powiedział przez usta Hamleta: „Jakiem to arcydziełem jest człowiek: jakże uszlachetnionym dzięki rozumowi! niewyczerpanym w zdolnościach! jak wyrazistym i podziwienia godnym w postawie i ruchach! w czynach swoich podobien do aniołów; pojętnością zbliżony do bóstwa! ozdoba świata! prawzór wszystkich jestestw żyjących!...“ *).

---

*) W. Szekspir. „Hamlet, królewicz duński“ — tragedya w 5 aktach. Przekład polski Jana Kasprowicza. (Przyp. tłóm.)

ROZDZIAŁ VII.

Przedwczesna dojrzałość płciowa.

Rzeczą niezmiernej wagi jest, aby każdy chłopiec wiedział dokładnie, jakie szczególne niebezpieczeństwa zagrażają mu na progu męskości. Rodzice powinni mu to powiedzieć — w razie zaś, gdy tego uczynić nie mogą — winni postarać się o to, aby on sam mógł się dowiedzieć, o ile można jak najwcześniej, co i jak czynić należy, aby osiągnąć zdrowy rozwój ciała; albowiem głównem zadaniem każdego chłopca jest: zostać mężczyzną w całem tego słowa znaczeniu.

Pierwsze główne niebezpieczeństwo życia płciowego zagraża dzieciom pod postacią dziedziczności, jako normalnie odziedziczone przeczulenie narządów płciowych, przedwczesne objawienie się popędu płciowego, rodzaju przedwczesnej dojrzałości płciowej.

Podobnie jak niektóre osoby dziedziczą skłonność do marnotrawstwa i gier hazardownych, do reumatyzmu, suchot lub obłędu, różnego rodzaju manii i t. p., można odziedziczyć skłonność do niemocy płciowej lub niedostatecznej męskości.

Ani zbyt wczesny, ani tembardziej zbyt prędki rozwój narządów płciowych nie jest pożądany, — a to dlatego, że im lepszy jest grunt dla siły płciowej, tem prędzej się rozwija duch, a oprócz tego im dokładniej będzie wtajemniczony podrastający chłopiec we właściwe warunki życia, tem łatwiej będzie mógł unikać tych wszystkich niebezpieczeństw, o jakich mówić będę w rozdziałach niniejszym i następnych.

Rozumie się trudno uniknąć, aby chłopiec nie odziedziczył tych wszystkich ułomności fizycznych, jakie mu zostawili rodzice w spadku; jednak i tutaj wiele uczynić można, aby stłumić dziedziczne skłonności lub przynajmniej ograniczyć ich siłę.

Ten, kogo natura sama zmusza do przedwczesnego, rozpustnego lub nienormalnego przejawienia się czynności płciowej, winien prowadzić takie życie, które odznaczałoby się pod każdym względem wstrzemięźliwością, prostotą i umiarkowaniem.

Nie należy więc jeść pokarmów pobudzających, słodko przyprawionych lub mocno korzennych; trzeba usunąć ze swego jadłospisu wszelkie ciężkie ciasta i pasztety, a także herbatę, czekoladę i kakao; nie pić żadnych podniecających napojów i trunków wyskokowych, wszystkie bowiem tego rodzaju pokarmy i napoje przyjmowane w młodości pobudzają narządy płciowe i czynią je na przyszłość słabymi i ospałymi.

Przedwcześnie płciowo dojrzały chłopiec winien przebywać jak najwięcej na świeżem powietrzu i słońcu, zażywać umiarkowanych ruchów, unikać bezczynności i zająć się poważną lekturą, dzięki czemu umysł jego będzie ciągle zajęty, a myśli nie będą skierowywały się na przedmioty zmysłowe.

Chłopiec taki powinien zawiązać serdeczną znajomość ze zdrowymi i praktycznymi ludźmi, a nie z przesadnie uczuciowemi dziewczętami lub kochliwemi kobietami, wtedy bowiem będzie mógł utrzymać w karbach swoją naturę „zwierzęcą", zdoła pokonać nałogi i skłonności przedwczesnej dojrzałości płciowej, odziedziczonej po rodzicach. Tylko dzięki temu można osiągnąć równomierny rozwój ciała i moc, niezbędną do panowania nad sobą samym.

Drugim występkiem, spotykanym często wśród chłopców, jest nałóg zwany *samogwałtem* (onanizmem, lub masturbacyą). W nałóg ten wpada większa część młodzieży, a oprócz tego wielu tak się do niego przyzwyczaja i do tego stopnia osłabia męskość i siłę woli, że nie może się potem odzwyczaić od niego.

Pod nazwą *samogwałtu* czyli *onanizmu* rozumieją przeciwne naturze pobudzenie płciowe, wywołujące erekcyę (wzwód) prącia i uczucie lubieżne, które kończy się zazwyczaj skurczem narządów płciowych i wytryskiem nasienia.

Niektórzy chłopcy oddają się temu występkowi przed rozwinięciem się zdolności wydzielniczej jąder, a przy pomocy sztucznych środków doprowadzają się do silnego podniecenia płciowego, co nie obywa się bez wpływu na układ nerwowy. Samogwałt wskutek tego uważany jest za poniżające a nadewszystko szkodliwe przyzwyczajenie. Początkowo jednak nie widać złych skutków, i dopiero po dłuższym przeciągu czasu zjawiają się długotrwałe dolegliwości i cierpienia, a czasem nawet fizyczny, duchowy i moralny upadek.

Jeżeliś, drogi czytelniku, nigdy się nie oddawał temu poniżającemu i szkodliwemu nałogowi, to dziękuj Bogu i strzeż się, abyś nigdy w niego nie popadł!

O ile jednak nałóg chwycił Cię w szpony swoje, to uwolnij się z nich jak najprędzej i zacznij póki czas jeszcze nowe życie!...

Przy samogwałcie nie potrzeba używać ręki, wystarczy tutaj bowiem wyobraźnia. Dla zadowolenia płciowego dosyć jest myśleć o przedmiotach lubieżnych, aby pobudzić się płciowo a istniejące już podniecenie przedłużyć: jest to więc nadużycie narządów płciowych i poniżenie przez to istoty własnej.

Wyobraźnia może wywołać długotrwałe i nadzwyczaj silne pobudzenie płciowe i trzymać je tak napięte przez długi przeciąg czasu; towarzyszy mu nierzadko znaczne natężenie układu nerwowego, osłabiające w wyższym stopniu cały ustrój.

Oprócz tego porażeniu ulegają mózg i mlecz pacierzowy, a pojedyńcze funkcye duchowe cierpią nieraz bardzo dotkliwie. Po pewnym przeciągu czasu zjawiają się różnego rodzaju cierpienia uszu, głowy, oczu, jak naprzykład, osłabienie wzroku i t. d., czego przyczynę widzieć należy w nienaturalnem i rozpustnem pobudzeniu płciowem.

Stwierdzono, że układ płciowy a wraz z nim i wszystkie narządy i czynności ustroju cierpią w równym stopniu od samogwału duchowego (przy pomocy wyobraźni) jak i od samogwału mechanicznego (przy pomocy rąk). Innemi słowy, wyobraźnia równie silnie wpływa na układ płciowy, jak i szkodliwe rękoczyny mechaniczne.

Nie zamierzamy sprzeczać się tutaj, skąd i w jaki sposób przyzwyczajenie to stało się poprostu regułą: czy przez nauczanie i przykłady złych towarzyszy, czy przez złą wolę i głupotę służby nieoświeconej, czy wskutek dziedzicznej skłonności i nadmiernie rozwiniętego popędu płciowego, czy przy jeździe konnej i gimnastyce wskutek tarcia i przygniatania narządów płciowych — dość, że przyzwyczajenie to jest strasznie rozpowszechnione i szkodliwe, jeżeli mu się oddawać przez dłuższy przeciąg czasu.

Dlatego więc należy chłopców napominać i ostrzegać w przyjacielski sposób o szkodliwości pobudzenia płciowego, a w koniecznych wypadkach bacznie pilnować i użyć wszelkich środków, aby wykorzenić z nich ten nałóg. Chłopcy mogą o tyle tylko zwracać uwagę na narządy płciowe, o ile to potrzebne jest do utrzymania ich w należytej czystości.

Gdy będziemy się starali o wszechstronny rozwój fizyczny, o siłę muskułów i wytrwałość, o żywość umysłu, czystość i hart ducha, wtedy będziemy mogli być pewni, że i układ płciowy jest w porządku, albowiem każdy rozsądny człowiek powinien wiedzieć, że jedno zależy od drugiego, że tylko *w zdrowem ciele mieszka zdrowy duch.*

Wszystkie więc części ustroju naszego powinny być normalnie rozwijane i używane, doskonałość bowiem można osiągnąć jedynie dzięki zachowaniu miary i harmonii: jeden fałszywy ton zdolny jest popsuć harmonię całą.

Niech więc każdy, kto przeczytał uważnie rozdział niniejszy, pamięta, że zarówno samogwałt du-

chowy jak i mechaniczny jest występkiem bardzo szkodliwym i poniżającym godność ludzką, należy więc strzedz się tego nałogu. „Co posiejesz to zbierzesz.“ Onanista sieje nasienie, które wzejdzie pod postacią chorób i cierpień. Tylko ludzie czystego serca, prowadzący życie spokojne i umiarkowane, sieją nasienie, którego owoc stwarza życie piękne i długie, pełne prawdziwego szczęścia. Tylko tacy ludzie mogą spokojnie myśleć o jutrze, pewni, że ich potomstwo zostanie obdarzone zdrowiem i szczęściem.

ROZDZIAŁ VIII.

Zmazy nocne.

Szerokość ramion, powiększenie się klatki piersiowej, zmiana głosu, zarost i t. p. cechy znamienne męskości, które opisałem w rozdziale VI, są dowodem, że jądra już się rozwinęły i wytwarzają nasienie.

Szybkość, z jaką wydziela się nasienie i zostaje wprowadzone do pęcherzyka nasiennego, jest różna u różnych osobników, stosownie do okoliczności.

U niektórych osób wytwarza się uncya nasienia w ciągu 24 godzin, u innych znów w ciągu miesiąca zaledwie, lecz i tutaj niema żadnej reguły, albowiem zdolność wydzielnicza jąder zależy od różnych okoliczności. Faktem natomiast jest, że przepełnione pęcherzyki nasienne (vesiculae seminales) wydalają w nocy mimowoli nadmiar płynu nasiennego.

Zdarza się to zazwyczaj u ludzi nieżonatych podczas snu, czemu towarzyszy naprężenie członka i uczucie lubieżne. Wytryski te nazywane są przez lekarzy-specyalistów *polucyami* lub *zmazami nocnemi* (pollutiones nocturnae).

Jakąkolwiek jednak nazwą je ochrzcimy, zmuszeni jesteśmy przyznać, że budzone są one siłą dobroczynną natury i jako takie muszą być uważane za normalne objawy fizyologiczne. A czyż zresztą mogłoby być inaczej: skoro pęcherzyk nasienny został nad miarę przepełniony, należy go opróżnić, co też sama natura niezwłocznie stara się uczynić.

Gdyby nasienie również prędko, jak się wytwarza, mogło być wessane, zapobiegałoby to przepełnieniu pęcherzyków nasiennych, a przez to oszczędziłoby się układ nerwowy od niepotrzebnych wstrząśnień i osłabień, które towarzyszą nieodwołalnie każdej zmazie nocnej. Takiego rodzaju własność układu płciowego byłaby rzeczywiście idealną; a wtedy niejeden mężczyzna w rozporządzaniu narządów rozmnażania kierowałby się umiarkowaniem i oszczędnością.

W rzeczywistości jednak rzecz ma się inaczej: nasienie prędzej się wytwarza, niż może być wessane, i natura sama stara się uwolnić pęcherzyki od owego przepełnienia.

Tutaj muszę zwrócić uwagę wszystkich czytelników na rzecz niezmiernej wagi: zmazy nocne, połączone z erekcyą i snem lubieżnym, a mające na celu uwolnienie pęcherzyków nasiennych od nadmiaru nasienia choćby takiemu wytryskowi towarzyszyło osłabienie fizyczne i duchowe, nie są uważane za objawy chorobliwe, nie szkodzą więc zdrowiu i nie wymagają pomocy lekarskiej; powstrzymanie zaś takich normalnych zmaz nocnych przez środki lekarskie byłoby nierozsądne, a nawet mogłoby zaszkodzić układowi płciowemu.

Prawda, że w wielu razach zmazom nocnym towarzyszy bardzo znaczne osłabienie nerwów i wtrząśnienie umysłu, to jednak niema jeszcze powodu do obawy a tembardziej rozpaczy, jaka nieraz prześladuje młodzieńców, którzy zmazy nocne uważają za objawy nienormalne i — co gorsza — za szkodliwe dla zdrowia, gdy tymczasem, jak to już wyżej zaznaczyłem, zmazy nocne — przeciwnie — są dowodem czuwania dobroczynnej natury, są objawem nietylko nieszkodliwym dla zdrowia, lecz nawet wprost koniecznym.

Oczywiście w pewnych wypadkach można, a nawet trzeba uwolnić się od zmaz nocnych, o ile te powstały wskutek osłabienia, wywołanego naprzykład przepracowaniem, siedzącym sposobem życia, ciężkiemi zmartwieniami i t. p. Należy wtedy usunąć to ostatnie, a wtedy znikną i zbyt częste zmazy nocne.

Obecnie chcemy zwrócić jeszcze uwagę czytelników naszych na wielką różnicę, jaka istnieje pomiędzy *zmazami nocnemi* a *nasieniotokiem*. Ten ostatni opiszę w rozdziale następnym, tutaj zaś zajmę się jeszcze rozpatrzeniem zmaz nocnych.

Bez wątpienia daleko lepiej byłoby dla jednostki, a wskutek tego i dla całej ludzkości, gdyby chłopcy dziedziczyli tylko dobre skłonności i przymioty fizyczne i duchowe, i aby jądra nie wytwarzały zbyt szybko nasienia, skoro ono nie może być użyte należycie a godnie; niestety jednak, rodzaj ludzki nie stoi jeszcze na takiej wysokości rozwoju Trudno, należy się pogodzić z tym stanem, jaki istnieje obecnie, a więc i zmazy nocne trzeba uważać za naturalne i nieuchronne.

A teraz pytanie: jak często zdarzają się zmazy nocne? Zależy to od wielu okoliczności, z pośród których

trzy uważane są za najważniejsze: 1) wrodzona zdolność osobnika do strawienia pokarmu i wytworzenia pewnej ilości dobrej krwi, co konieczne jest do wypełnienia różnych strat w ustroju i wytworzenia niezbędnej ilości nasienia, 2) wrodzona zdolność wydzielnicza jąder i 3) zdolność układu nerwowego do powstrzymania natężenia, jakie towarzyszy występującemu po zmazach nocnych pobudzeniu i osłabieniu. Znałem dorosłych mężczyzn, których budowa anatomiczna i przyzwyczajenia życiowe były tego rodzaju, że mieli 3—4 razy tygodniowo mimowolne wytryski nasienia; ludzie owi cieszą się dotychczas zupełnem zdrowiem, t. j. tem, co świat rozumie przez wyrazy „zdrowie zupełne“.

Z drugiej znów strony znałem mężczyzn, co po każdym wytrysku nasienia uskarżali się na wielkie osłabienie krzyża i nóg, ociężałość, ból głowy i wyczerpanie, aczkolwiek wytryski te nie zdarzały się częściej, jak co 2—3 tygodnie.

Nie można również nic ścisłego powiedzieć i o odstępach czasu, w jakich zjawiają się zmazy nocne, ani tembardziej o skutkach i zmianach w zdrowiu, jakie wywołują zmazy. Wiadomo tylko, że młodzieńcy, którzy przebywają w szkole, uczą się i znajdują się w zwykłych warunkach życia, nie powinni doznawać żadnych zmian chorobliwych z powodu zmaz nocnych, o ile te nie zdarzają się częściej jak 2 razy na tydzień.

Co do granic czasu, za normalne przyjmujemy odstępy 2—3 tygodniowe, przyczem zaznaczamy, że możliwe są w ciągu jednej nocy 2—3 wytryski nasienia.

Zbyt częste, a więc zdarzające się co tydzień lub

kilka razy na tydzień zmazy nocne uważać należy za niepożądane, a wtedy trzeba się zwrócić o pomoc do lekarza.

Prawie zawsze po każdym wytrysku nocnym występuje znane znużenie i osłabienie ogólne; u wielu jednak osób, które cieszą się zdrowiem zupełnem, znikają nieprzyjemne uczucia już po kilku godzinach, a w niektórych nawet wypadkach zmazy nocne jakgdyby wzmacniają mózg i zwiększają zasób siły fizycznej.

Bądź co bądź w wielu razach byłoby stokroć lepiej, gdyby młodzież nie zwracała uwagi na swój układ płciowy, a żyła tak, aby myśli jej były skierowane na inne przedmioty. Trochę siły woli, a można z łatwością uniknąć bezpożytecznego pobudzania płciowego i osłabienia.

Gdyby zmazy nocne, zdarzające się zbyt często, cechowały się „stanem osłabienia," to i od nich można się uwolnić, dzięki rozumnemu postępowaniu wedle przepisów następujących:

1) Strzeż się myśli zmysłowych. Myśli i obrazy lubieżne przychodzą często do głowy całkiem nieproszone. Należy więc unikać wszelkich myśli, co nie mają nic wspólnego z pogodą umysłu. Jedynym środkiem przeciwko nieczystości jest czystość. Gdy więc dręczą cię myśli lubieżne, zaśpiewaj lub zagraj coś prawdziwie pięknego, zacznij czytać książkę poważną, módl się lub idź na spacer, rozkoszuj się pięknością natury; innemi słowy, zajmij się czemś godziwem, co odwróci myśli twoje od zmysłowości. Najbardziej dręczące myśli pierzchają, gdy się nie dba o nie.

2) Nie jedz nic podniecającego. Używaj tylko takich pokarmów, które składają się z owoców i jarzyn; mleka pij jak najwięcej. Mięso i jajka w wielu razach nietylko burzą krew, lecz drażnią i podniecają nerwy układu płciowego do rozpusty. Pieprz, musztarda, korzenie i inne ostre przyprawy mogą być używane tylko w bardzo niewielkiej ilości, jeżeli nie można pozbyć się ich zupełnie, drażnią one bowiem nerwy i wywołują marzenia lubieżne. Układ płciowy zostaje w ścisłych stosunkach z układem odżywiania; wszelkiego więc rodzaju korzenie, używane zbyt często, osłabiają żołądek i mszczą się za to różnymi kurczami i bólami.

3) Nie pij herbaty, kawy, porteru, piwa, wina i wogóle wszelkich napojów wyskokowych i pobudzających; osłabiają one ciało i podniecają niepotrzebnie układ płciowy.

4) Nie pal tytuniu i staraj się wogóle unikać powietrza, zatrutego dymem tytuniowym.

5) Pamiętaj o przerwach w pracy umysłowej, które należy wypełnić umiarkowanemi a wesołemi ćwiczeniami fizycznemi. Studenci i uczniowie, przeciążeni pracą umysłową i trapieni zbyt częstemi zmazami nocnemi, zrobią daleko lepiej, jeżeli przerwą na pewien przeciąg czasu, choćby na rok jeden, studya swoje i zajmą się lekką pracą ręczną albo przynajmniej zmienią rodzaj zajęcia.

6) Staraj się — o ile na to pozwoli ci rodzaj zajęcia — przebywać jak najczęściej i jak najdłużej na świeżem powietrzu, w ogrodzie lub w polu za miastem.

7) Śpij tyle tylko, ile rzeczywiście potrzeba; kładź się do łóżka o godzinie 9-ej wieczorem i wstawaj za-

raz, skoro się tylko obudzisz, choćby to była godzina 4-ta czy 9-ta. Nie przewracaj się po łóżku, skoroś się już obudził. Nie dopuszczaj do tego, aby opanowało tobą pobudzenie płciowe, gdy się znajdujesz w łóżku; w koniecznych wypadkach wstawaj w tejże chwili i zajmij się tem tylko, co odwróci myśl twoją od przedmiotów zmysłowych. Pamiętaj, że przepełniony pęcherz moczowy może wywołać erekcyę, a to sprowadza podczas snu marzenia lubieżne. W takich więc razach najlepiej jest przed udaniem się na spoczynek opróżnić pęcherz moczowy. Wierzaj mi, że tego rodzaju postępowanie hygieniczne zapewni ci rzetelne zdrowie i siły, świeżość i bodrość umysłu, chęć do pracy i wesoły stan ducha.

8) Kąp się często, aby utrzymać ciało w czystości, pamiętaj jednak o tem, aby kąpiel nie trwała zbyt długo, przyczem staraj się przyzwyczaić za młodu swój ustrój do zimnych kąpieli, zarówno w lecie jak i w zimie.

9) Szukaj wesołego i inteligentego towarzystwa; przebywaj jak najwięcej wśród kobiet utalentowanych, o szczerych i szlachetnych uczuciach, o dobrych zamiarach. Zdrowy rozum ludzki, a nie uczuciowość i sentymentalizm, winien stanowić twój pokarm duchowy. Istnieje mnóstwo dobrych kobiet, które zawsze rade będą z towarzystwa twojego, jeżeli tylko postarasz się postępować z niemi uczciwie i zechcesz je ocenić należycie i godnie. Sam winien jesteś, jeżeli obcujesz z głupotą lub pustką duchową, ze zgnilizną moralną lub obłudą — unikaj więc istot romantycznych i egzaltowanych, przeczulonych panien i zwaryowanych kobiet.

10) A wkońcu rzecz najważniejsza: porzuć raz na zawsze wszelkie myśli zmysłowe, uwolnij się od tego samogwałtu duchowego, a myśl tylko o tem, co ci rzeczywiście jest potrzebne i pożyteczne, co jest obowiązkiem twoim. Miej ufność i cierpliwość i żyj rozsądnie, abyś zasłużył na miano prawdziwego człowieka. Zachowaj serce swe czystem i nieskalanem, a wtedy,—o wierzaj mi, drogi przyjacielu, zakosztujesz prawdziwych rozkoszy życiowych, — w zdrowiu ciała i spokoju ducha osiągniesz owo szczęście, którego tak pragniesz, o które walczyć zawsześ gotów.

ROZDZIAŁ IX.

Nasieniotok.

W rozdziale poprzednim wyjaśniłem, że prawidłowe zmazy nocne nie są chorobą, ani też jej następstwem.

Istnieje mnóstwo młodzieńców, prowadzących życie wstrzemięźliwe, których jednak usposobienie i ogólne własności fizyczne są tego rodzaju, że w jądrach wytwarza się nadmiar nasienia; nadmiar ten wytryska mimowoli we śnie, przyczem towarzyszy mu erekcya (wzwód członka) i rozkosz zmysłowa. Oczywiście, wytryski takie uważać należy za całkiem naturalne, a nawet konieczne i pożądane, tak bowiem, a nie inaczej został stworzony rodzaj ludzki i 20-letni młodzieniec musi być na to przygotowany.

Istnieje, coprawdá, znaczna liczba młodzieńców, posiadających chorobliwie rozwiniętą pobudliwość układu płciowego, co jest właśnie przyczyną zbyt częstych zmaz nocnych; w niektórych zaś wypadkach układ płciowy tak się przyzwyczaja do nadmiernego wytwarzania nasienia, że wystarczy najsłabsza pobudka do wywołania wytrysku. Tego rodzaju zbyt częste zmazy, któ-

rym towarzyszy zazwyczaj długotrwałe osłabienie fizyczne, obawa, przeciążenie umysłowe, osłabienie sprawności myślowej i ogólne podniecenie ustroju, prowadzą do *nasieniotoku* (spermatorrhoea). Dowodzi on ogólnego upadku sił fizycznych, niemocy dziedzicznej, niedokrwistości, neurastenii, złych skłonności i przyzwyczajeń ciała lub ducha, albo też obu razem, słowem, — usposobienia neuropatycznego.

Istotny nasieniotok, którego nie należy mieszać ze zbyt częstemi zmazami, uważany jest za stan bardzo smutny, wymagający umiejętnego leczenia. Objawy, jakie towarzyszą tej chorobie, są liczne i nie łatwe do poznania, przyczem każdy z objawów tych jest nadzwyczaj nieprzyjemny.

Przed chwilą zaznaczyłem, że nasieniotok ze względu na podobieństwo niektórych objawów, często bywa mieszany z innemi chorobami, jak naprzykład niemocą nerwową. Otóż za właściwy nasieniotok uważać należy nietylko zbyt częste wytryski nasienia, lecz oprócz tego takie właśnie, które zjawiają się przy wysiłkach fizycznych, konnej jeździe, uwieraniu odzieży, oddawaniu moczu lub kału, lub też dla wywołania których wystarczy przyglądanie się obrazkom pornograficznym, słuchanie pieprznych historyjek, ujrzenie kobiety wydekoltowanej lub rozebranej i t. p., przyczem wytrysk następuje tutaj bez erekcyi.

Jest to bez wątpienia smutny stan, powodujący wiele nieszczęść i kończący się zazwyczaj pomieszaniem zmysłów, epilepsyą, lub szaleństwem, a w każdymbądź razie conajmniej przytępieniem władz umysłowych i utratą zdolności do jakiejkolwiek pracy. Na szczęście wypadki tego rodzaju niemocy płciowej nie

są tak częste, jak to zwykli opisywać nam niektórzy lekarze-specyaliści. Trzeba przyznać, że opisy ich są zgodne z prawdą, lecz spostrzegane na bardzo nielicznych wyjątkach, a dlatego o jakiemś uogólnieniu nie może być mowy. Należy więc czytać książki traktujące o tym przedmiocie bardzo ostrożnie, z pewną dozą krytycyzmu i nie poddawać się strasznym opisom, główna zaś rzecz — strzedz się różnych szarlatanów, którzy chętnie „leczą“ młodzieńców, pragnących uwolnić się od nieprzyjemnych zmaz nocnych i wpędzają ich w jeszcze gorsze choroby. Również potępić musimy wszelkiego rodzaju leczenie domowe i stosowanie środków przeciw niemocy płciowej i chorobom wenerycznym, środków zalecanych w niektórych broszurach, przeznaczonych dla szerszego ogółu. Co innego bowiem jest uświadamianie młodzieży i wogóle jak najszerszych warstw o życiu płciowem, jego zboczeniach i różnych chorobach, powstałych na tle życia płciowego, a co innego leczenie, którego podjąć się może jedynie lekarz-specyalista.

Można, a nawet trzeba znać anatomię i fizyologię swego ciała, istotę i przebieg chorób, jakim ono ulega, lecz sztuce lekarskiej należy się poświęcić i specyalizować, aby módz stosować lekarstwa z pożytkiem a nie ze szkodą dla zdrowia. Tylko hygiena i dyetetyka jest dostępna dla wszystkich, wszelkie więc rady i wskazówki, przeznaczone dla szerszego ogółu, mogą dotyczyć pierwszej lub drugiej.

Istnieją, coprawda — jak zresztą wszędzie — i wśród lekarzy szarlatani, co młodzieńców, szukających u nich rady, wprowadzają w błąd, straszając ich nie-

potrzebnie, malując im stan choroby w barwach daleko ciemniejszych, aniżeli to jest w rzeczywistości. Nie potrzebujemy chyba dowodzić, że tego rodzaju lekarze zasługują na pogardę i napiętnowanie publiczne, że należy się strzedz i unikać rad ich jak najstaranniej.

Powróćmy jednak do nasieniotoku. Nie wdając się w szczegółowy opis tego rodzaju cierpienia, nie mam również zamiaru podawać jakichkolwiek środków lekarskich, zadowolnię się natomiast kilkoma radami ściśle hygienicznemi, które każdy z czytelników może z łatwością zachować. A więc:

1) Opróżniaj jak najczęściej podczas dnia pęcherz moczowy, dzięki czemu strzeżesz się od nacisku na pęcherzyki nasienne, co często daje się zauważyć przy przepełnieniu pęcherza urynq. Owo przepełnienie pęcherza wywołuje prawie zawsze w ciepłem łóżku erekcyę, wskutek czego u osób wrażliwych bardzo łatwo o wytrysk nasienia. Należy więc opróżniać pęcherz nietylko przed udaniem się na spoczynek, lecz wogóle zawsze, gdy się człowiek obudzi lub uczuje podnietę płciową.

2) Kładź się do łóżka z mocnem postanowieniem i trwałą nadzieją jak najprędszego zaśnięcia, we śnie bowiem łatwiej uchronić się od wszelkiego rodzaju podniet i uczuć zmysłowych. Siła woli i zwracanie bacznej uwagi wywierają znaczny wpływ na czynności ciała podczas snu. Większa część marzeń sennych powstaje pod wpływem życzenia i wieńczy chwile bezsenne. Nie można oczywiście tego powiedzieć o wszystkich marzeniach sennych, ponieważ wiele z nich zale-

ży nieświadomie od ducha, wskutek warunków fizycznych, które występują we śnie.

3) Niech łóżko twoje będzie tak usłane, aby było wygodne, lecz aby nie rozpieszczało ciała. Miękka pościel jest całkiem niepotrzebna, tembardziej, że przyspiesza ona pobudzenie płciowe, kończące się zazwyczaj wytryskiem nasienia.

4) Przyzwyczajaj się leżeć podczas snu na jednym tylko boku, przyczem wszystko jedno na jakim: na prawym czy na lewym, na tym wogóle, na którym ci jest wygodniej lub przyjemniej. Zdrowiej jest jednak sypiać na prawym boku. Kto więc chce się odzwyczaić od sypiania na lewym boku, niech przywiąże sobie na plecach ostry kawałek drzewa lub kamień wielkości jaja kurzego, a wtedy gdy zechce przewrócić się na lewy bok, przywiązany na plecach twardy przedmiot obudzi go w tejże chwili i przypomni mu, aby odwrócił się na bok, na którym powinien spać. Dzięki temu sposobowi można bardzo prędko przyzwyczaić się do sypiania na jednym tylko boku. Rzeczą aż nadto chyba jasną jest, że przez sypianie na boku unika się nacisku, jaki wywiera ciężka kołdra na pęcherzyki nasienne, pominąwszy już zjawiające się podczas snu przepełnienie uryną pęcherza moczowego, który również posiada wpływ na pęcherzyki nasienne. Drugim dowodem, przemawiającym za sypianiem na boku a nie na wznak, jest to, że wskutek ciągłego spania na wznak, zjawia się osłabienie kręgosłupa.

5) Gdy, pomimo sypiania na boku, kręgosłup jest bardzo wrażliwy a oprócz tego w łóżku jest gorąco, co przyspiesza oczywiście wytrysk nasienia, weź

wtedy mokrą chustkę i opasz nią na szerokość 7—8 cali krzyż i narządy płciowe.

Przepisy te podane są rozumie się dla tych, którzy ich potrzebują koniecznie. Należy bowiem starać się unikać specyalnego jakiegoś sposobu leczenia. Jeżeli tylko postaramy się żyć rozsądnie i zgodnie z zasadami hygieny, a umysł zajmiemy godziwymi przedmiotami i przestaniemy go karmić zmysłowością, — zmazy nocne zjawiać się będą znacznie rzadziej, nie będzie potrzeba zwracać na nie szczególnej uwagi, nie przeistoczą się one z czasem w nasieniotok.

Zawsze i wszędzie powinniśmy pamiętać o tem, że zdrowie i szczęście można osiągnąć tylko dzięki rozsądnemu i umiarkowanemu życiu. Ileż to cierpień fizycznych jest urojeniem naszem! ileż z nich znika bezpowrotnie, skoro zmienimy przyzwyczajenia życiowe. Wierzmy, iż tylko nieznaczna część chorób i dolegliwości naszych wymaga leczenia, dla znacznej większości wystarczy rozsądna rada lekarska.

Pamiętajmy, że większość chorób powstaje „dzięki“ karygodnemu systemowi wychowywania i kształcenia dzieci i nie zapominajmy, że istnieją t. zw. choroby zawodowe.

Zmieńmy więc sposób wychowania dzieci naszych, sposób niemający nic wspólnego ani z logiką ani z etyką, a wtedy mniej będziemy mieli młodzieńców chorych i niedołężnych, mniej ofiar pochłonie w szeregach młodzieży śmierć przedwczesna, mniej będzie łez i bólu, a więcej pogodnego uśmiechu i radości z życia, więcej ochoty do pracy, do czynu.

Ktoby z was, młodzi przyjaciele, zauważył w swoim układzie płciowym chorobliwe lub nieprawidłowe zjawiska, niech idzie niezwłocznie do znanego z uczciwości, inteligencyi i uzdolnienia lekarza, niech go się poradzi szczerze i otwarcie, a przedewszystkiem wcześnie, póki złe przyzwyczajenie nie przeistoczy się w nałóg, póki choroba się nie rozwinie. Niech unika jednak szarlatanów, niech nie radzi się książek i kolegów, którzy nic mu pomódz nie mogą.

ROZDZIAŁ X.

Prostytucya.

Prostytucya — to policzek dla kultury i cywilizacyi naszej, to hańba, która w szpony swoje chwyciła od wieków wszystkie ludy globu ziemskiego, to zaraza, co najpiękniejsze kwiaty uśmierca w zaraniu ich wiosny, — to piętno niedające się niczem zmazać!

Ileż to projektów powstało w ostatnich czasach, ile planów wygotowano, ile rozporządzeń i uchwał wprowadzono w życie, jakie kary nałożono na zajmujących się prostytucyą!—Wszystko na nic: nierząd pozostał nierządem i w dalszym ciągu sprowadza na bezdroża młodzieńców, opanowanych przez namiętności zmysłowe — i w dalszym ciągu na ołtarzu bogini Rozpusty kobiety składają ciało i duszę swoją, a mężczyźni bezczelnie korzystają z tej ofiary.

Oczywiście nie nazywają oni tego mianem prostytucyi lub nierządu i za nic w świecie nie chcieliby, aby ich życie łotrowskie wyszło na jaw. O, tak: większość tych młodzieńców ukrywa starannie czyny i postępowanie swoje i nie wyjawi tego nikomu, prócz kilku kamratów, równie nizko stojących pod

każdym względem. Z nimi gotowi oni zawsze rozmawiać o najwstrętniejszych stronach pozamałżeńskiego życia płciowego, przed nimi gotowi ciągle się chwalić, że „kosztują zakazanego owocu".

Lecz jakże mężczyźni tacy tłómaczą wstrętne postępowanie swoje?

W najśmieszniejszy doprawdy sposób: oto wmawiają w siebie — a może nawet utwierdził ich w tem mniemaniu jaki „doktor", kolega lub przyjaciel — że muszą *uwolnić* się „na drodze naturalnej" od nadmiaru nasienia, wytwarzającego się tak szybko i w takiej ilości, iż wskutek tego powstają przykre nad wyraz i niezmiernie niepokojące zmazy nocne.

Istnieje gromada cała zwierząt takich (w postaci ludzkiej), co starają się zawsze i wszędzie usprawiedliwiać nieżonatych ludzi i młodzieńców, szukających kobiet, któreby za pieniądze lub z innych względów korzyści pomogły im zaspokoić ową żądzę zmysłową; „ludzie" tacy nazywają nizkie postępowanie swoje *naturalną potrzebą fizyczną.*

Cóż więc dziwnego, że przekonani za pomocą takich pojęć i poglądów o potrzebie swego ustroju, młodzieńcy z najzimniejszą rozwagą wstępują na drogę rozpusty, która ich zaprowadzi co najwyżej do piekła cierpień i rozpaczy, do nędzy i zgnilizny moralnej.

Inni znów, którym brak stanowczości i dobrej woli, zaskoczeni w chwili niezwykłej słabości charakteru stają się łupem swych kolegów lub przyjaciół, wprowadzających nowicyuszów „w świat" albo też ulegają namowie pierwszej lepszej ulicznicy...

Pokusy, okoliczności i powody, jakie sprowadzają ludzi na bezdroża, są nadzwyczaj różnorodne w różnych wypadkach. Jeżeli jednak dobrze się przypatrzyć istocie rzeczy,—to w każdym poszczególnym wypadku główną pobudką do rozpusty jest rozkosz, żądza cielesna, która czuwa skrycie, ufna w pomoc wyobraźni, zawsze gotowej do pobudzenia płciowego, a zwłaszcza, gdy przygłuszone sumienie milczy i sąd własny jest przytępiony. A wtedy prostytucya ma nietylko łatwe zadanie, lecz nawet usługi jej są pożądane i poszukiwane.

Czyż jednak nie można uniknąć tej pokusy? czyż tak trudno utrzymać się na prawej drodze?

Bynajmniej! Należy tylko wcześnie i zgodnie z prawdą poznać istotę życia płciowego, dowiedzieć się o wszystkich niebezpieczeństwach, jakie czatują na każdego młodzieńca na drodze zakazanej, póki bowiem krew chłodna a umysł jasny — a to istnieje przeważnie u dzieci — można spokojnie i bezpiecznie iść drogą swoją, można z łatwością odróżnić prawo od bezprawia, rozpustę od prawdziwej rozkoszy. Gdy zaś przyjdzie napad żądzy płciowej, uświadomiony młodzieniec przypomni sobie otrzymane nauki i rady poufne, a wtedy z pewnością wyda wyrok: zwalczyć chęci cielesne, pokonać żądzę budzących się zmysłów. Z walki tej wyjdzie on z pewnością jako nieskalany wycięzca.

Pamiętajmy jednak, że początek jest zawsze trudny: lecz gdy się zwycięży pierwszą pokusę, — pokona się i inne.

O jakże błędne z gruntu i iście szatańskie są nauki i rady pewnej klasy ludzi, mających ogromny

wpływ na młodzież naszą, która im wierzy, ufa i postępuje, jak jej radzą fałszywi prorocy!

To też ze względu na to, czuję się w obowiązku wyjaśnić możliwie dokładnie i przekonywająco, że ani z fizyologicznego, ani też z innego punktu widzenia nie jest i nie może być rzeczą konieczną, a tembardziej sprawiedliwą, iżby młodzieniec utrzymywał stosunki przedślubne z kobietą, która nigdy nie będzie żoną jego, lub też dla zadowolenia swych sztucznie budzonych namiętności płciowych uciekał się do jakichkolwiek środków naturalnych czy nienaturalnych. *Zupełna wstrzemięźliwość,* t. j. *zupełne powstrzymanie się od stosunków płciowych jest nietylko zdrowe dla każdego bez wyjątku nieżonatego mężczyzny, lecz — co najważniejsza — konieczne i jedynie słuszne.*

Wyjaśnia to w sposób dostateczny zarówno prawo Boskie w Biblii, jak i prawo natury samej, która srodze mści się za każde przekroczenie jej praw. Ludzie tylko zawsze i wszędzie starają się każde prawo obejść bezprawiem, a prawo swoje uczynili giętkiem stosownie do okoliczności, posiadając w dodatku bardzo elastyczne sumienie, zdolne czarne nazwać białem...

Choćby więc ze względu na różne niebezpieczeństwa, związane nieodłącznie z prostytucyą, powinien każdy młodzieniec wcześnie się nauczyć i zachować sobie na wieki w pamięci, iż nietylko słowo raz wymówione nie da się cofnąć, lecz i czyn spełniony już się nie odstanie.

Kto gorzko żałuje złego postępowania swojego, kto czyni wszystko możliwe, aby znów być dobrym, kto strzeże się najgorszych następstw grzechu i może

się uleczyć z ran, ten nie upadł jeszcze na dno rozpusty, ten nie utracił zupełnie sumienia i poczucia prawa. Biada jednak sprawcy upadku! na duszy gorszyciela lub uwodziciela na wieki pozostanie piętno, które nie da się już niczem zmazać, z niem będzie on zmuszony żyć, z niem umrze.

Kto zaś posiada jasną świadomość, że zaspokaja swoje żądze płciowe w nieprawy sposób, ten również będzie dręczony, temu sumienie będzie ciągle robiło wyrzuty, o ile, rozumie się, nie zatracił jeszcze ducha, umysłu, serca i świadomości.

Należy więc zawsze troszczyć się w życiu o możliwie wysokie ideały, a chociaż nie zawsze daje się osiągnąć cel zamierzony, nie powinno to nas zrażać: dobra i silna wola dużo zdziałać może.

Na temat czystości moralnej wypowiada się dzisiaj mnóstwo błędnych i zgoła nierozsądnych myśli, co zmusza mnie do rozpatrzenia pewnego poglądu w tej sprawie.

Wiadomo, że istnieją mężczyzni, co w szczególny sposób przyglądają się każdej kobiecie; dowodzi to bez wątpienia zmysłowego pożądania tych kobiet, a jednak mężczyźni tacy starają się usprawiedliwić wstrętne postępowanie swoje, chcą nierozsądnem dowodzeniem zamydlić oczy innym, i mówią: „Co innego jest myśleć o czemś, a co innego czynić!“ Ależ tak, bez wątpienia! Zapominają jednak ci gołowąsi młodzieńcy, ci lowelasi, jak ich nazywa szerszy ogół, o dziewiątem przykazaniu Bożem: „Nie **pożądaj** żony bliźniego twego“. Nietylko zły czyn jest występkiem i grzechem, lecz i każda myśl, której zrodzić się pozwalamy.

Inni znów, którzy wiedzą dobrze o tem, że żądze płciowe, obrazy i pokusy zmysłowe napadają jak wróg podstępny, mówią sobie: „Gdy zjawi się pożądanie, czyż nie mogę mu przeszkodzić? Jeżeli jednak sam z własnej woli będę pożądał, to jestem wobec Boga równie winny, jak gdybym spełnił czyn, o którym myślałem zaledwie; a więc czyż nie lepiej jest dogodzić żądzom i przez to prędzej skończyć z pokusami".

Tak myślą tysiące, a nawet dziesiątki tysięcy, i tak większość postępuje, opierając się na owem nierozsądnem —i co gorsza—chytrem wnioskowaniu. Każdy więc, kogo dręczą jakieś myśli zmysłowe, powinien dobrze się zastanowić i rozważyć rzecz gruntownie, zwykłe bowiem zjawianie się gorszących pokus i chęci nie może być poczytywane za grzech. Pokusy, które same bez woli naszej przychodzą, nie są grzechem; trwanie jednak przy nich i uleganie im z własnej woli należy uważać za karygodny postępek.

Jak wiadomo, wszelkie żądze zmysłowe występują zazwyczaj tłumnie i powracają kilkakrotnie, na co już nic nie można poradzić, nie należy tylko — jeżeli można się tak wyrazić — zagrzewać ich i dawać im posłuchu.

Aby uwolnić się od rozpusty w wyobraźni czyli tak zw. *prostytucyi duchowej*, trzeba być wolnym od żądz wszelkich i unikać starannie wszelkich czynów, zdolnych żądze te rozbudzić. Zazwyczaj gorszące myśli dokuczają takiemu młodzieńcowi, który nie posiada opornego charakteru, który nie osiągnął tyle siły woli, by mógł odrazu je odpędzić. Pomimo to obo-

wiązkiem jego jest odegnać jak najprędzej owe myśli, póki nie staną się one pokusami, z któremi walczyć już trudniej.

Nikt więc nie może czynić sztucznej różnicy pomiędzy rozpustą w wyobraźni a rozpustą w rzeczywistości: i jedno i drugie jest przestępstwem, należy więc obu unikać starannie.

Dorosły mężczyzna o zrównoważonym charakterze i ustalonych poglądach i pojęciach sam sobie winien, jeżeli nawiedzają go namiętności zmysłowe: ludzie rozsądni powinni żyć tak, aby byli wyżsi ponad wstrętną zmysłowość.

Można niekiedy wybaczyć młodemu, niedoświadczonemu jeszcze chłopcu jego błędy, jego chęci i pokusy zmysłowe, lecz dorosłemu człowiekowi tego rodzaju postępowania przebaczyć nie można w żadnym razie.

Młodzieniec, którego trapią myśli zmysłowe i pokusy, może uchronić się od złego, jeżeli zajmie ducha swego czytaniem lub rozmyślaniem o rzeczach godziwych i w ten sposób uwolni się od nieproszonych gości. Pamiętajmy, że dobra książka i obcowanie wśród ludzi dzielnych i moralnych zdoła uchronić nas od prostytucyi duchowej i nie pozwoli nam wpaść w szpony rozpusty. Nie zapominajmy również i o tem, że prawie wszystkie złe czyny powstają ze złych myśli i chęci. Tylko te myśli i zamiary znikną bezpowrotnie, przeciwko którym wytoczymy hart ducha i silną wolą.

A wkońcu każdy winien mieć ciągle przed oczyma, że mężczyzna, co ustępuje z drogi prawa, cnoty i dobrych obyczajów, równie nizko upada jak

i jego wspólnica, nosząca straszne miano „prostytutki", sprawiedliwość zaś przyznać każe, że oboje są godni siebie. Niema bowiem dwóch moralności: jednej — dla ulicznicy, a drugiej — dla „pana", co z usług jest korzysta. Dla obu świat ma jednakowe słowa pogardy i potępienia.

Młodzieńcze! troszcz się nietylko o własne dobro, lecz i dobro całego świata wogóle! staraj się zawsze i wszędzie o taką czystość, jakiej żądasz od swojej matki, siostry i żony, i zachowaj jak najdłużej *czystą duszę w czystem ciele!*

ROZDZIAŁ XI.

Choroby płciowe.

Kto zajmuje się prostytucyą lub korzysta z jej usług, kto, słowem, spółkuje poza małżeństwem, ten wcześniej czy później nabawi się strasznej zarazy, zwanej chorobą płciową lub weneryczną *).

Istnieje, coprawda, niewielka liczba rozpustnych mężczyzn, którzy z obcowania z prostytutkami wychodzą obronną ręką, którzy — jak się wyrażają godni ich przyjaciele — mają „szczęście“, t. j. umieją uniknąć zarazy; wkońcu jednak większość z nich nie uchroni się od choroby pomimo swego „szczęścia“ i różnych „środków ochronnych“.

Od setek lat przedsiębrano różnego rodzaju próby, mające na celu powstrzymanie zniszczenia, szerzonego przez jad weneryczny. Wszystko było daremne: nic nie pomogły sposoby, mające na celu utrzymanie ciała odda-

---

*) Często nazywają choroby płciowe *sekretnemi*, a to dlatego, że każdy stara się utrzymać je w sekrecie, w tajemnicy, wstydząc się źródła choroby, choć nie wstydzi się obcować z prostytutkami. Dziwny wstyd! (Przyp. tłóm.)

jących się prostytucyi zdrowem, bezsilne okazały się wszelkie środki lekarskie. Gdzie panuje prostytucya — tajna czy jawna — tam nieuchronnie zjawiają się choroby płciowe, odznaczające się szaloną zdolnością rozpowszechniania się, co w połączeniu z zaraźliwością ich spowodowało, że dzisiaj — według twierdzenia d-ra Hammonda — trzecia część *) ludności całej we wszystkich bez wyjątku krajach cywilizowanych zapadła na jedną lub kilka chorób płciowych, z pomiędzy których przymiot (syfilis) jest najstraszniejszy, przechodzi bowiem dziedzicznie z rodziców na niewinne zupełnie dzieci.

Nowsze odkrycia **) stwierdzają przypuszczenie, że wszystkie niżej opisane choroby płciowe rozpowszechniają się przy pomocy *drobnoustrojów* (b a k t e r y i czyli mikrobów), o ile padną na podatny dla siebie grunt.

Takim gruntem ze wszechmiar sprzyjającym rozmnażaniu się i szerzeniu chorób płciowych jest nierząd czyli prostytucya i wszelkie wogóle stosunki pozamałżeńskie.

Mnóstwo osób słabego charakteru, oddających się rozpuście, zarówno mężczyzn jak i kobiet, nabawia się chorób płciowych, wobec czego prostytucya może

---

*) Podług znanego syfilidologa Ricorda 80% blizko mężczyzn we Francyi chorowało choć raz jeden w życiu na trypra.

**) Zarazka tryprowego zwanego gonokkiem wykrył Neisser. Zarazków innych chorób płciowych nie udało się dotychczas wykryć mimo licznych prób, przedsiębranych w tym celu. (Przyp. tłóm.).

być śmiało uważana za jedyne i wyłączne źródło zarazy wenerycznej.

Do rzędu chorób płciowych, powstałych wskutek pozamałżeńskich stosunków, zaliczają się: *rzeżączka* (t r y p e r), *szankier miękki* i *przymiot* (s y f i l i s) albo *szankier twardy*; ta ostatnia choroba znana jest również pod nazwą *choroby francuskiej* albo *wenerycznej*.

Rzeżączka (tryper). O chorobie tej znaczna większość mężczyzn wyraża się z dziwnem doprawdy lekceważeniem. „Co, rzeżączka? — mówi niejeden z nich — to d r o b n o s t k a, każdy ją przejść musi — to nawet m o d n e, a takie przecież p o w s z e c h n e“. Tak mówią wszyscy: i ci co przeszli już tę chorobę, i ci, którzy jej jeszcze nie mieli.

A tymczasem rzeżączka tak samo, jak i przymiot, jest równie niebezpieczna i równie trudna do zupełnego wyleczenia. Przebieg choroby jest następujący: Zwykle w 2—3 dni, a czasami po 2 tygodniach dopiero od chwili zarażenia zjawia się kłująco-piekący ból w przedniej części cewki moczowej (do której podczas spółkowania dostał się zarazek tryprowy); bólowi temu towarzyszy częsta potrzeba oddawania moczu, przyczem uryna wypływa z trudnością i bolesnem uczuciem. Z cewki moczowej zaczyna się wydzielać płyn śluzowy, zmieszany z żółtą ropą, który pozostawia ślady na bieliźnie.

Gorzej jest jednak, gdy choroba się rozwinie i przejdzie z cewki moczowej na przewody nasienne, na jądra, woreczek jądrowy, na nerki lub też na pęcherz moczowy i stawy międzykostne; zjawia się wte-

dy bolesne bardzo zapalenie, a choroba wymaga starannego i umiejętnego leczenia.

Jeżeli, wskutek przejścia zarazka trypowego na przewód nasienny i na jądra, powstanie zapalenie *obu przyjądrzy*, to chory traci zazwyczaj zdolność do zapłodnienia (staje się bezpłodnym). Jad tryprowy jest bardzo niebezpieczny i z tego jeszcze względu, że maleńka odrobina jego, gdy się dostanie do oka, wywołuje bardzo poważny i uporczywy rodzaj choroby oczu, która kończy się często zupełną utratą wzroku.

O ile choroba nie przybrała groźnych rozmiarów, a zarazek tryprowy umiejscowił się tylko w przedniej części cewki moczowej, po upływie około 3 tygodni bóle zaczynają stopniowo się zmniejszać, a wkrótce chory czuje się znów dobrze. W pierwszych jednak tygodniach choroby dotknięty rzeżączką uważa siebie za najnieszczęśliwszą istotę na świecie, ponieważ f i z y c z n i e jest on całkiem lub prawie całkiem niezdolny do pracy, a d u c h o w o czuje się rozdrażnionym i zmęczonym. Gdy wspomni o przeszłości — uczuwa żal, gdy pomyśli o przyszłości — chwyta go obawa. Z tem wszystkiem łączy się zwykle obrzydzenie i brak szacunku względem samego siebie i swej słabości. Obawa, że ktoś ze znajomych może się dowiedzieć lub domyśleć o cierpieniach jego, napastuje go nieustannie. Wogóle cierpienia duchowe są dla niego daleko bardziej dręczące, niż ból fizyczny.

Rozumie się, mówię tutaj o takich młodzieńcach, co nie utracili zupełnie dobrych stron charakteru i poszanowania istoty własnej, istnieją bowiem przeżyci młodzieniaszkowie, dla których opinia innych jest obojętna, którzy nie troszczą się wcale o rozwijanie

dobrych stron charakteru swego, nie starają się o wyższą doskonałość duchową i moralną. O tego rodzaju wyjątkowych okazach ludzkości nie mówię tutaj wcale. Znaczna jednak większość podczas choroby i po chorobie mocno postanawia nie ulegać już więcej namiętnościom swoim; są oni aż nadto surowo ukarani i mogą w przyszłości zostać dzielnymi ludźmi.

Tutaj zmuszony jestem zaznaczyć, że niektórzy nie cierpią tak długo i tak dotkliwie, jak to wyżej opisałem, inni znów znoszą tak wielkie męczarnie fizyczne i duchowe, które się z dnia na dzień coraz więcej pogarszają, że kończą wreszcie samobójstwem, szczególniej — gdy na domiar złego nie udadzą się odrazu do lekarza - specyalisty, któryby im wiele pomógł i ulżył ich niedoli.

Wyżej zaznaczyłem, iż nie należy rzeżączki uważać za cierpienie powierzchowne i nic nie znaczące. Tutaj dodaję jeszcze, że nikt nie może być pewnym, czy się wyleczył zupełnie: istnieje bowiem oprócz zwykłej rzeżączki *skryty* tryper, który pozornie daje się uleczyć i w ciągu lat kilku nie objawia się na zewnątrz i dopiero przy lada sposobności, a często i bez najmniejszego powodu, wraca z powrotem i wywołuje różnego rodzaju cierpienia.

Szankier miękki nie jest tak niebezpieczny, jak rzeżączka i przymiot, nie dotyka on bowiem innych narządów i nie zaraża całego ustroju, a ogranicza się tylko na miejscowem owrzodzeniu, które zjawia się zazwyczaj na częściach płciowych, o ile znajduje się na nich *mała ranka, zadrapanie lub draśnięcie*, o co zawsze bardzo łatwo. Ten ostatni warunek jest konieczny, aby podczas stosunku nastąpiło zarażenie.

Zdarzają się jednak wypadki, że dziecko lub młodzieniec, a wreszcie i człowiek dorosły najniewinniej zaraża się szankrem, a to przez całowanie dotkniętego tą chorobą, przez używanie wspólnego z chorym ręcznika lub naczynia, podczas golenia się brzytwą nieczystą i t. d. Odrobina ropy, znajdująca się na tych przedmiotach, wystarczy, aby przy zetknięciu się z ranką lub draśnięciem na wargach, palcach, twarzy i t. p. wywołała u zupełnie zdrowego człowieka taki sam szankier, jaki zjawia się wskutek obcowania płciowego z zarażoną prostytutką.

Szankier występuje zazwyczaj na drugi lub trzeci dzień po stosunku płciowym, a czasem i wcześniej. Jest to wrzód głęboki, formy lejkowatej, posiadający zaokrąglone brzegi, dno o żółtym, lub szaro-żółtym nalocie. Po pewnym czasie dno się oczyszcza zupełnie i wrzód zabliźnia się. Leczenie szankra miękkiego nie wymaga jakichś szczególnych zabiegów i ogranicza się na zastosowaniu najbardziej prostych środków lekarskich.

Powikłaniem miękkiego szankra jest zapalenie gruczołów pachwinowych, zwane *bubonami*, a powstające wskutek nieuniarkowanego życia chorych. Cechami znamiennemi cierpienia tego jest znaczne powiększenie się wyżej wymienionych gruczołów, połączone z dotkliwymi bólami, które utrudniają chorym chodzenie. Bubony nie zagrażają jednak życiu chorego i przy pomocy operacyi dadzą się z łatwością usunąć.

Najstraszniejszą i najniebezpieczniejszą chorobą płciową jest **przymiot** (*syfilis*). Setki tomów poświęcono już tej chorobie i bez wątpienia zjawią się

jeszcze tysiące. A pomimo to, choroba jak była, tak i jest w dalszym ciągu niebezpieczną, i żadne próby i badania nie zdołały wynaleźć środka ochronnego przeciwko tej zarazie.

Rozpowszechniła się ona po całym świecie, nie oszczędzając żadnego kraju ani narodu, zatruła krew dziesiątkom tysięcy ludzi, przechodząc z rodziców na dzieci, z pokolenia na pokolenie, szerząc się z zadziwiającą szybkością i mocą. Nic ją nie zdoła powstrzymać w jej pochodzie, niosącym śmierć i zarazę, druzgoczącym szczęście i spokój rodzin całych — nieubłagana, kroczy ona wciąż naprzód i zbiera obfite żniwo, a skoro kogo pochwyci w szpony swoje, wedrze się skrycie do ciała jego,—zatruje ustrój cały, nie oszczędzi ani jednego narządu, ani jednej tkanki i mścić się będzie na dzieciach i wnukach. I nikt nie zdoła się oprzeć jej potędze. Żyć ona będzie i panować wszechwładnie, póki ma sprzymierzeńca i pomocnika w *nierządzie* czyli *prostytucyi* i w *rozpuście*...

Przymiot nie objawia się tak jak rzeżączka lub szankier miękki po kilku dniach lub tygodniach od chwili zarażenia; działa on *skrycie* i niczem się nie zdradzi w ciągu 20 — 70 dni, przygotowując grunt dla przyszłego rozwoju swego. A człowiek, noszący jad w sobie, czuje się zdrowym i nie podejrzewa nieszczęścia, jakie go czeka. Aż oto po upływie tego czasu na miejscu, przez które przedostał się do ustroju zarazek syfilityczny (może to być ranka zupełnie niewidzialna, zadrapanie lub lekkie draśnięcie), zjawia się stwardnienie, podobne do guza; rośnie ono stopniowo, aż wkońcu rozwija się we wrzód, zwany *szankrem twardym*. Jest to *pierwszy okres rozwoju przy-*

miotu, przyczem towarzyszy mu niebolesne obrzmienie gruczołów chłonnych.

I od tej chwili jad jakby zasypia: wrzód goi się, wszelkie objawy istnienia choroby znikają zupełnie — zaczyna się znów skryte działanie zarazka; trwa to zazwyczaj od 14 dni do 4—5 miesięcy (przeciętnie około 45 dni). Po upływie tego czasu zjawia się febra— jest to dowód, że jad przeniknął już cały układ płciowy i wstępuje w nowy okres rozwoju swego, zwany *okresem drugim*.

Cechą znamienną tego okresu są różnego rodzaju i wielkości *wysypki skórne*, zjawiające się na *skórze* i *błonach śluzowych*, przyczem daje się zauważyć zupełny brak swędzenia (świerzbienia): są to więc plamy, guziczki, grudki, wrzodziki i krosty, które tworzą się na skórze i na różnych częściach ciała — na piersiach i brzuchu, na kończynach i czole, w kątach ust i skrzydłach nosa i. t. d. Oprócz tego wypadają nieraz włosy i paznogcie, a odżywianie całego ustroju zbliża się ku upadkowi. Okres ten trwa mniej więcej około roku, a czasem i dłużej.

Wkońcu zjawia się *okres trzeci czyli ostatni rozwoju przymiotu*, zowie się on również okresem *gumiaków* (miękczaków), t. j. tworów syfilitycznych, które powstają na skórze, kościach, mięśniach, wnętrznościach, narządach zmysłów i t. p. Jest to bez wątpienia najstraszniejszy okres, w którym przymiot czyni przerażające spustoszenie w człowieku, nie oszczędzając ani jednego narządu, ani jednego stawu, mięśnia i kości. Chory na przymiot w tym okresie — to nędzarz, to łazarz: całe ciało pokryte jest wrzodami, kości miękną i zapadają się, jak naprzykład kości no-

sa, lub też łamią się z łatwością (kości rąk i nóg) i odpadają kawałkami. W omięsnej tworzą się wrzody, stawy zostają unieruchomione.

Jad syfilityczny przenika do narządów zmysłów (oczu i t. d.), do płuc, serca, wątroby i t. p. A wreszcie jakim strasznym cierpieniom duchowym i nerwowym ulega chory! skarży się on na ciągły ból głowy, na bezsenność, na bóle i rwania reumatyczne i nerwowe, czego najbliższym wynikiem jest utrata mowy, padaczka, drgawki, a wreszcie i paraliż. Niektórzy, wiedząc dokładnie o tych cierpieniach, wcześniej kończą z życiem, uciekając się do samobójstwa, czem dają dowód słabości charakteru, małoduszności i rozpaczy. Gdyby bowiem każdy z nich przedsięwziął od pierwszej zaraz chwili odpowiednie leczenie, gdyby usłuchał wszystkich rad lekarza doświadczonego, gdyby zerwał z dawnem życiem swojem, t. j. wstrzymał się od wszelkiego rodzaju pijatyk, hulanek, zabaw nocnych i przebywania z prostytutkami, i gdyby zaniechał stosunków płciowych, nie powstrzymałby coprawda postępu choroby, ale przynajmniej złagodziłby większość objawów, uwolniłby się od niejednego cierpienia. Najgorszą rzeczą w życiu naszem jest oddawanie się rozpaczy: każde cierpienie i ból, każdą stratę i nieszczęście każde należy znosić ze spokojem duchowym; trzeba wyrobić w sobie hart i moc ducha, a wtedy spokojnie przyjmie się troski życiowe i niepowodzenia, na które powinniśmy być zawsze przygotowani.

Zapamiętaj to sobie, drogi przyjacielu, i bądź mężnym! panuj nad namiętnościami własnemi i postępuj zgodnie z obowiązkiem prawdziwego człowieka, zgodnie z prawem natury, a nadewszystko nie upadaj

na duchu i zapamiętaj, że człowiek niezłomny i niegięty jest zawsze szczęśliwy i wesół...

Powracam jeszcze do przymiotu. Z krótkiego opisu przebiegu choroby każdy czytelnik widzi chyba, jak straszną jest przymiot zarazą. Tutaj chcę jeszcze zwrócić uwagę na potworną moc i zdolność udzielania się tej choroby osobom zdrowym: syfilityk bowiem jest źródłem niebezpieczeństwa dla rodziny swojej i otoczenia całego.

Jad syfilityczny znajduje się we wszystkich wydzielinach tych części skóry i błon śluzowych, które zostały dotknięte przez nowotwory syfilityczne w drugim okresie rozwoju przymiotu, a więc znajduje się on w ropie wszystkich brodawek wilgotniejących, wrzodów i wrzodzików, wysypek skórnych i t. d.; zawiera go również i krew syfilityka. Wskutek tego jad bardzo łatwo może być przeniesiony na osobę zupełnie zdrową i niewinną: wystarczy tutaj pocałowanie syfilityka *), używanie wspólnego z nim naczynia, ręcznika, brzytwy i t. p., aby zarazek przy sprzyjających warunkach (mała ranka na skórze, lub zadrapanie) wdarł się do ustroju i wywołał objawy wyżej opisane. Kobiety i dzieci, służące, lekarze i inni, którzy stykają się z syfilitykami, mogą się zarazić bardzo łatwo, nie wiedząc nawet, kiedy i gdzie się to stało, ponieważ przymiot objawia się dopiero po kilku tygodniach, a czasem i miesiącach od chwili zarażenia.

A wkońcu przymiot należy do chorób dziedzicznych, t. j. przechodzi z ojca lub matki na całkiem nie-

*) Na ustach prawie zawsze znajdują się pęknięcia błony przez które zarazek z łatwością może się przedostać do ustroju. (Przyp. tłóm.)

winne dzieci, które za grzechy rodziców muszą cierpieć nieraz życie całe lub też umierać przedwcześnie. Przychodzą one na świat słabe, nierozwinięte, męczą się w okresie dziecinnym, aż wkońcu umierają młodo. Niektóre z nich, coprawda, mogą żyć dłużej, do lat 20—30, lecz czyż życie takie nie jest śmiercią powolną? To też kończą one samobójstwem pasmo cierpień, któremi „obdarzyli“ je nierozsądni rodzice. Tem właśnie możemy wyjaśnić sobie przyczynę tak częstych dzisiaj samobójstw wśród młodzieży.

Strzeż się więc, młodzieńcze, prostytucyi — tej zarazy i źródła wielu nieszczęść! — unikaj starannie obcowania z takimi kolegami, o których wiesz, że otrzymują stosunki z ulicznicami, bo choćbyś pozostał sam czystym, gdy będziesz przebywał z zarażonym, sam się choroby nabawisz, zatrujesz sobie spokój, podepczesz szczęście własne i rodziny swojej. A nadewszystko—jeśli przeczytałeś uważnie stronice poprzednie — pamiętaj, że narządy płciowe i czynności ich mają ogromny wpływ na cały ustrój człowieka, że nie wolno ich wobec tego nadużywać bez szkody dla zdrowia.

Kto żyje nierozsądnie, kto marnotrawi dobro własne, tego natura srodze ukaże różnemi cierpieniami i chorobami. Umiarkowanie w życiu daje zdrowie i zadowolenie, nieumiarkowanie sprowadza chorobę i niezadowolenie z samego siebie i z życia. Prawdziwe szczęście polega na rozsądnem używaniu tego, co jest pożyteczne i zdrowe, i starannem unikaniu wszystkiego, co tylko szkodę wyrządzić może. O! jakże czułbym się szczęśliwym, gdyby prawda ta stała się drogowskazem dla całej młodzieży naszej!

ROZDZIAŁ XII.

Pęcherz moczowy i kiszka stolcowa.

Ponieważ treść niniejszych „Rad poufnych“ została poświęcona rozpatrzeniu ważniejszych czynności układu płciowego, przypuszczam, iż należałoby pomówić i o innej, równie ważnej czynności ustroju, której wiele osób nie rozumie i nie ocenia należycie, wskutek czego popełnia się mnóstwo błędów ze szkodą dla zdrowia.

Wszyscy wiemy dobrze, iż bez pokarmów i napojów żyć byśmy nie mogli; wiemy, że pokarmy i napoje przez usta, przełyk i kanał pokarmowy dostają się do żołądka, gdzie pod wpływem działania soku żołądkowego pokarmy przerabiają się w miazgę (papkę), przechodzą następnie do kiszek, w których odbywa się w dalszym ciągu akt trawienia i wsysania przez naczynia chłonne, umieszczone w ściankach kiszek, pożywnych części pokarmu, aż wreszcie części niestrawione zmieszane ze zmienioną żółcią i śluzem wychodzą nazewnątrz przez kiszkę stolcową czyli odbytnicę pod postacią mas kałowych.

Nie mam tutaj zamiaru podawać szczegółowego opisu tej tak ważnej czynności ustroju, za jaką uważać należy trawienie pokarmów spożytych, czyli odżywanie wszystkich części ustroju, ograniczę się w danym razie na tem, com wyżej powiedział. Wspomnę jeszcze, że tylko wtedy odżywianie jest zadawalniające, gdy istnieje stosowne usuwanie resztek pokarmu pod postacią kału. Jedno ściśle związane jest z drugiem.

Wyżej nadmieniłem, że pewne części układu płciowego leżą w blizkiej styczności z pęcherzem moczowym i kiszką stolcową; mówiłem, że pęcherz jest to worek, który służy za zbiornik moczu, wytwarzanego w nerkach, odbytnica zaś jest składem, gdzie niezużyte resztki pokarmów oczekują chwili, aż zostaną usunięte z ustroju. Tak więc pęcherz, odbytnica i pęcherzyki nasienne leżą blizko siebie, wobec czego każdy z tych narządów wywiera wpływ na sąsiadów, o czem zresztą mówiliśmy już w rozdziale XI. Z tego względu dla ludzi oświeconych nie jest rzeczą trudną zwrócić baczną uwagę na prawidłowe działanie tych narządów, od tego bowiem zależy zdrowie całego ustroju.

Przed chwilą powiedziałem, że pęcherz służy za zbiornik dla moczu, mocz zaś przy pomocy nerek wydziela się ze krwi. Gdy pęcherz napełni się moczem, uczuwamy wtedy potrzebę usunięcia go, co odbywa się przez cewkę moczową. Ta czynność usuwania moczu z pęcherza powtarza się co pewien przeciąg czasu, stosownie do różnych okoliczności. Można atoli wstrzymać mocz, co zawsze jednak bardzo szkodliwe wpływa nietylko na są-

siednie z pęcherzem narządy płciowe, lecz i na cały wogóle ustrój, wywołując różnego rodzaju dolegliwości, cierpienia i choroby przewlekłe, z tego więc względu należy starać się o niewstrzymywanie moczu i pamiętać o jak najczęstszem opróżnianiu pęcherza, zarówno w dzień, jak i w nocy.

Ilość wydzielanego moczu waha się codziennie, zależnie od poru roku, sposobu życia, zajęcia i różnych okoliczności, w jakich się człowiek znajduje. Również i kolor moczu jest niejednakowy u zupełnie zdrowych nawet ludzi: po przyjęciu większej ilości płynów mocz jest bardziej rozcieńczonym, może więc być zupełnie wodnistym, t. j. posiadać kolor wody lub też lekki odcień żółty; w innych razach, jak naprzykład, przy wielkiej utracie potu lub wstrzymaniu się od napojów, mocz staje gęstym, o ciemno-brunatnej barwie.

Powstrzymanie przez dość długi przeciąg czasu moczu w pęcherzu wywołuje proces rozkładu, co nietylko pociąga za sobą różne cierpienia pęcherza (między innemi zapalenie), lecz również cierpią na tem nerki i wszystkie narządy sąsiednie, aż w końcu zatruwa się cały ustrój. Wstrzymywać sztucznie mocz to znaczy niszczyć i zatruwać układ cały.

Pęcherz, zmuszany często do nadmiernego rozciągania się, ulega wkońcu częściowemu lub zupełnemu osłabieniu włókien muskułowych, wskutek czego zanika zdolność do opróżniania pęcherza z moczu, a skoro się zjawiło owo osłabienie, należy się uciekać do sztucznego wydalania moczu; niekiedy zaś mocz kapie

nieustannie, co w obu razach jest bardzo przykre i bolesne.

Kiszka stolcowa czyli *odbytnica* stanowi zakończenie kanału kiszkowego. Otrzymuje ona z górnych części kiszek pożywienie i wydala pozbawione pożytku resztki jedzenia i szkodliwe dla ustroju substancye. Z tego względu kał nie powinien zbyt długo pozostawać w kiszce stolcowej, w przeciwnym bowiem razie rzadkie części jego zostaną wessane i wprowadzone z powrotem do naczyń krwionośnych i, przenikając w ten sposób cały ustrój, pobudzają nerwy, wywołują zaburzenia w procesie odżywiania, utrudniają oddychanie, albowiem nerki, płuca i skóra wydzielają w zastępstwie to, co zostało zatrzymane w odbytnicy. Widzimy więc, że wstrzymywanie kału, podobnie jak i moczu, jest równie szkodliwe dla zdrowia, należy zatem starać się o regularny stolec i bacznie unikać obstrukcyi (zaparcia). „Więcej wart łut przezorności, niż funt medycyny.“

A wreszcie pamiętajmy jeszcze i o tem, że przepełniony pęcherz i nieopróżniona we właściwym czasie odbytnica uwierają pęcherzyki nasienne i są nieraz przyczyną nasieniotoku. Wiadomo również, że jeśli chcemy, aby jakiś narząd spełniał dobrze czynność swoją, trzeba go przyzwyczaić do prawidłowego działania. Dlatego należy się koniecznie postarać, aby stolec był codziennie i o jednej godzinie.

Najstosowniej jest, gdy przyzwyczai się spełniać czynność tę codzień rano, po pierwszem śniadaniu, co udaje się z łatwością wielu ludziom.

Wkońcu musimy potępić karygodne postępowanie niektórych nauczycieli w szkołach, co nie pozwalają

uczniom podczas lekcyi wychodzić z klasy dla zaspokojenia potrzeby; wstrzymywanie moczu może wywołać różne cierpienia a nawet doprowadzić do samogwałtu. To samo należy powiedzieć i o owym śmiesznym wstydzie, jakim się kieruje młodzież płci obu, przebywając po kilka godzin w towarzystwie, w salonie, i wstrzymując naturalne potrzeby swoje. Wstrętny ten wstyd należałoby raz nareszcie wykorzenić i wychodzić bez krępowania się z salonu, gdy uczuje się tego potrzebę.

ROZDZIAŁ XIII.

Środki podniecające i odurzające (narkotyki).

Powszechne zwyczaje i tradycye przodków są to bez zaprzeczenia potężne czynniki, wywierające ogromny wpływ na sposób myśli, uczuć i postępowań naszych. Zazwyczaj regułą jest w tym wypadku następujący ciekawy objaw: Im kto niżej stoi pod względem inteligencyi i rozwoju duchowego, tem mocniej i ściślej trzyma się tradycyi i zwyczajów przodków swoich. Wiadomo zaś, że dzikie narody, które starannie pielęgnują odziedziczone poglądy i przyzwyczajenia przodków swoich, niezmiernie szybko giną i wymierają, gdy zetkną się z lepszemi pojęciami i zwyczajami ludów cywilizowanych. Tylko ci z nich, co przyłączą się do narodów cywilizowanych, żyją długo i szczęśliwie, albowiem wiedza ludzka może przy pomocy różnych środków przedłużyć życie jednostek, może uczynić je trwalszem i przyjemniejszem.

Chorobliwe i szkodliwe przyzwyczajenia stają się z latami jasnemi i zrozumianemi, i im ludzie są mądrzejsi i inteligentniejsi, tem prędzej porzucają stare

i szkodliwe zwyczaje, zastępując je lepszymi, zgodnymi z duchem czasu i postępem.

Ileż to zabobonów i mylnych pojęć i poglądów sprowadziło ludzkość na bezdroża; na nieszczęście, niektóre z nich pozostały do dnia dzisiejszego i w dalszym ciągu poniżają i hańbią cały rodzaj ludzki. Do takich właśnie szkodliwych nałogów, które zakorzeniły się, niestety, i wśród warstw oświeconych, należy używanie napojów wyskokowych (alkoholu) i środków odurzających (tytuniu.)

Od niepamiętnych czasów ludzie oświeceni i rozumni wiedzieli dobrze, że alkohol wywiera szkodliwy wpływ na każdy prawie narząd, na każdą dziedzinę czynności, że pobudza i pokrzepia na chwilę tylko, poczem zjawia się jeszcze większe osłabienie. Nowsza nauka szeregiem faktów potwierdziła to słuszne zupełnie mniemanie i dziś nie ulega już najmniejszej wątpliwości, że wyskok pod każdą postacią szkodzi ustrojowi, wyrządza mu niepowetowaną krzywdę.

Mimo to napoje wyskokowe były i są jeszcze do dzisiaj w powszechnem *) niemal użyciu: taką bowiem

*) Od pewnego czasu szerzy się we wszystkich prawie krajach idea zupełnej wstrzemięźliwości (abstynencyi), a pomiędzy środkami walki z alkoholizmem pierwsze miejsce zajmuje należyte uświadamianie jak najszerszych mas ludu o niebezpieczeństwie i szkodliwym wpływie wyskoku. W tym celu zagranicą (szczególniej w Szwajcaryi) powstają liczne związki abstynentów, które wydają odpowiednie odezwy, urządzają odczyty i t. p. U nas, dzięki zapoczątkowaniu i niestrudzonym zabiegom d-ra L. Bregmana, powstał w dniu 30-ym czerwca r. 1905 przy Warszawskiem Towarzystwie Hygienicznem wydział prze-

moc posiada nałóg, tak potężne są przyzwyczajenia, a tak słaba natura ludzka, że, nie bacząc na szkodę własną, ludzie mimo wszystko w dalszym ciągu z własnej woli oddają się nałogom, karmią się trucizną, która znaczną większość rodzin okuła w kajdany moralne. Nadomiar złego wielu, bardzo wielu święcie wierzy, że umiarkowane użycie napojów wyskokowych jest nietylko zdrowe, lecz nawet godne zalecania, tymczasem religia, nauka a wreszcie i zdrowy rozsądek ludzki twierdzi, że wódka zawsze jest szkodliwa, że „od wódki rozum krótki"—jak słusznie mówi przysłowie.

Nietylko jednak alkohol pod każdą postacią zgubnie działa na cały ustrój, dotyczy to również — jak twierdzi większość powag naukowych—i tytuniu, opium, morfiny i innych środków odurzających i upajających. Wielu młodzieńców wie o tem bardzo dobrze, a mimo to oddaje się tym zakorzenionym nałogom, by wkrótce przekonać się o szkodliwości wyskoku i tytuniu. Często jednak chwila ta przychodzi zbyt późno, gdy młodzieniec stał się już niewolnikiem nałogu swojego a wtedy trudno mu zerwać z przyzwyczajeniem, które chwyciło w szpony ofiarę lekkomyślności i braku silnej woli. Tylko mała garstka posiada tyle charakteru, by nie wpaść w nałóg a rozumiejąc dobrze, jakie to skutki pociąga za sobą nałogowe picie lub palenie, nie pali i nie pije zupełnie.

---

ciwalkoholiczny, którego celem jest przedsięwzięcie energicznej walki z szerzącym się alkoholizmem. Wydział urządził już kilka posiedzeń, zredagował *Odezwę do ogółu przeciw szerzeniu się pijaństwa* i ma zamiar urządzić kilkanaście odczytów w sprawie walki z opilstwem i t. p. (Przyp. tł.)

W zasadzie jednak niektórzy młodzieńcy nie piliby i nie palili, gdyby nie zły przykład i namowy kolegów, którzy częstokroć wyśmiewają się z niepalących i niepijących.

Jeżeli więc, młodzieńcze, posiadasz choć odrobinę siły woli, nie zważaj na głupie drwiny niegodnych towarzyszy i wytrwaj w postanowieniu swojem, a nie staniesz się niewolnikiem własnego nałogu, ofiarą wyskoku i tytuniu.

W rozdziale niniejszym pragnę poświęcić słów kilka skutkom, jakie wywołuje wyskok i tytuń w zdrowym skądinąd ustroju. Mówić będę oczywiście o najbardziej rozpowszechnionych środkach upajających i drażniących—wyskoku i tytuniu, pomijając milczeniem inne, jak naprzykład: opium, morfinę, eter, chloral i t. d., które nie stały się jeszcze, Bogu dzięki, „dobrem powszechnem.“

Zarówno napoje wyskokowe (wódka, piwo, wino, porter, likiery i t. p.) jak i tytuń wywierają szkodliwy wpływ przedewszystkiem na układ nerwowy, a dalej na narządy trawienia i rozmnażania, nie mówiąc już o tem, że powiększają znacznie śmiertelność, że przynoszą bajeczne straty ekonomiczne społeczeństwu i jednostkom.

Pod wpływem alkoholu układ nerwowy cierpi bardzo dotkliwie: władze umysłowe zostają stopniowo przytępione, widnokrąg pojęć zacieśnia się, znika pamięć i sprawność myślenia, alkoholik głupieje i staje się niezdolnym do pracy umysłowej. Nie dość na tem: zjawiają się różne choroby umysłowe, jak naprzykład, obłęd opilczy, a dalej padaczka, hysterya i t. p. Nie oszczędza również alkohol i innych narządów: serca,

żołądka, kiszek, wątroby, nerek i t. d., wywołując w nich różne zmiany i cierpienia, które bardzo często kończą się śmiercią.

Sprzyjając szerzeniu się chorób płciowych, wyskok podnieca w znacznym stopniu układ płciowy, osłabiając zarazem poczucie moralności i wstydu, a co gorsza, — przenika do pęcherzyków nasiennych i jąder i zatruwa tam nasienie, wskutek czego z rodziców-alkoholików rodzi się zwyrodniałe pod względem umysłowym i fizycznym potomstwo, obdarzone charłactwem, głupotą, zołzami i t. d. Wstrętny ten nałóg pozbawia człowieka najpiękniejszych stron charakteru, osłabiając w nim siłę woli, pacząc poczucie obowiązku i godności i doprowadzając wkońcu człowieka do zezwierzęcenia, które objawia się różnego rodzaju przestępstwami i zbrodniami.

Co się tyczy tytuniu, który zawiera nikotynę i inne substancye trujące, wpływa on również szkodliwie na układ nerwowy, na narządy oddychania i nawet na układ płciowy. Znałem wielu palaczy tytuniu, którzy w średnim już wieku cierpieli na niemoc płciową. Że w wielu tych wypadkach utrata mocy płciowej powstała wskutek używania tytuniu, dowodzi ten fakt, że gdy pacyenci moi wstrzymali się na przeciąg kilku zaledwie miesięcy od palenia, wracała poczęści ochota i moc płciowa. Wbrew mniemaniu wielu lekarzy, upieram się przy tem, że tytuń równie szkodliwie działa na cały ustrój, co i wyskok i to zarówno pod względem umysłowym jak i fizycznym.

Ścisłe i wiarogodne badania, przeprowadzone od roku 1891 w kolegium Amhersta, wykazały, że u niepalących w ciągu roku szkolnego przybyło na wadze

o 24% więcej niż u palących, na wzroście — o 37%, na szerokości piersi — o 42% i na pojemności płuc — o 8,36 cent. sześciennych. Badania te powtarzane są rokrocznie w kolegium wyżej wymienionem i w innych seminaryach, przyczem wyniki badań są stale pomyślniejsze dla niepalących, niż dla palących. Niema więc nic dziwnego, że układ płciowy cierpi na tem, skoro bowiem słabnie cały ustrój — muszą tracić moc i narządy rozrodcze, musi zanikać i zdolność płodzenia zdrowych i silnych dzieci, gdyż jedno z drugiem jest ściśle związane, jak to już niejednokrotnie wspominałem na stronicach poprzednich.

Jeżeli więc pragniesz, drogi przyjacielu, być zdrowym i szczęśliwym, staraj się być **wolnym człowiekiem**, a nie niewolnikiem namiętności, przyzwyczajeń i nałogów własnych, zdążaj do wolności i szczęścia przez wiedzę, dobre obyczaje i umiarkowanie!

ROZDZIAŁ XIV.

Odpoczynek i sen.

Każdej czynności ludzkiej, dobrowolnej czy niedobrowolnej, towarzyszy zawsze zniszczenie tkanek ustroju. Aby więc wynagrodzić tę stratę, należy zastąpić zniszczone tkanki przez nowe, co się też uskutecznia dzięki przyjmowaniu i trawieniu pokarmów. Rozumie się, że niezbędne są ku temu sprzyjające okoliczności i czas odpowiedni.

Po okresach czynności muszą następować okresy odpoczynku. Siła nerwowa, pod przewodnictwem której odbywa się każda czynność ludzka, słabnie wskutek pracy i ruchu i wymaga po pewnym czasie wytchnienia. Nie znamy zwierzęcia, któreby mogło żyć przez dłuższy przeciąg czasu bez wytchnienia i okresów spoczynku. Niema w ustroju naszym takiego narządu, któryby mógł pracować bez przerwy. Nawet tak podziwu godny narząd — jak serce, bijące prawidłowo od urodzenia aż do śmierci, odpoczywa, między bowiem jednem uderzeniem a drugiem istnieją przerwy. Oprócz tego, jak wiadomo, w sercu znajduje się mnóstwo włókien muskułowych, a tymcza-

sem pewna tylko część bierze udział przy każdem uderzeniu serca. Tak samo rzecz się ma i z narządami oddychania.

Komórki nerwowe, a szczególniej ośrodki nerwowe należą do najdelikatniejszych i najwrażliwszych narządów ustroju naszego; są one zarazem najczynniejsze i wskutek tego wymagają przerwy w pracy, wypoczynku. „Jesteśmy zmęczone i musimy odpocząć,“ mówią przepracowane części ustroju; to samo mówi i całe ciało, gdy zjawia się ogólne osłabienie.

Aby dać chwile spoczynku układowi nerwowemu, natura tak urządziła, że na każde 24 godzin jesteśmy nieprzytomni w ciągu 8 godzin, a wtedy większa część komórek nerwowych przerywa działalność swoją, jest bierną i osłabione wskutek pracy części ustroju krzepną na nowo, nabierają sił nowych.

Śpimy; w tym stanie nieprzytomności zostają powetowane wszelkie straty, i gdy ustrój jest gotów do nowej pracy, wtedy tajemnicza ręka naciska — że się tak wyrażę — niewidoczny guzik i śpiący budzi się, wstając z zadowoleniem i ochotą do przerwanej pracy. Każdy sypiać musi — i to sypiać dość dużo, jeżeli pragnie mieć siły do pracy; szczególniej dotyczy to młodzieży pracującej umysłowo, dla której sen jest pokrzepieniem i zachętą do nauki.

Aby spać dobrze i mocno, należy pamiętać o pewnych warunkach, których wypełnienie nie wymaga szczególnych zabiegów. A więc:

1) Należy iść spać codzień o jednej godzinie.

2) Ciało powinno spoczywać o ile można bez przymusu, nie przygniatane ciężkiem ubraniem lub bielizną.

3) Trzeba pozwolić ciału układać się na tem miejscu, na którem mu jest przyjemniej lub wygodniej, do którego się już przyzwyczaiło. Sypiać można na prawym lub na lewym boku; zdrowiej jest bez wątpienia spać na prawym, sypiając bowiem na lewym przyciska się serce. Siennik powinien być wypchany włosiem końskiem, słomą lub sianem, w żadnym jednak razie nie pierzem i puchem, gdyż to rozpieszcza ciało i wywołuje osłabiające poty.

4) Kładź się do łóżka po to jedynie, aby jak najprędzej zasnąć: zaniechaj więc rozważania o dniu całym, nie myśl o przyszłości, nie troszcz się o jutro,—wszystko to bowiem odpędza sen. Noc i łóżko są do spania i odpoczynku, a nie do przedłużania czynności i pracy, jakiemi zajmowałeś się w ciągu dnia. Skończył się dzień — skończyła się praca, zaczyna się noc — niech się zacznie sen i odpoczynek. Odpędź więc wszelkie troski i sprawy, którym dzień poświęciłeś, i kładź się do łóżka z jedyną troską: j a k n a j p r ę d s z e g o z a ś n i ę c i a.

5) Siła woli to najlepszy środek nasenny. Nie męcz umysłu obrazami wyobraźni, nie wymawiaj liter abecadła, nie licz od jednego do stu, gdyż wszystko to nietylko nic nie pomaga, lecz nawet odpędza sen. Kładź się do łóżka z mocnem postanowieniem zaśnięcia, a z pewnością sen sam przyjdzie. Gdy jesteś głodny, zjedz kawałek suchego chleba lub też napij się trochę mleka. Jeżeli ci zimno w nogi, wymocz je w gorącej wodzie. C z y s t e s u m i e n i e, s p o k ó j d u c h a i s i ł a w o l i z a w s z e s e n s p r o w a d z ą.

Niezbędna dla pokrzepienia sił ciała ilość snu jest niejednakowa u różnych osób. Dzieci i ludzie

SPIS RZECZY.

		Str.
Od tłómacza		5
Przedmowa		6
Wstęp		7
Rozdział I.	Znaczenie rodzaju	14
„ II.	Rozmnażanie się ostryg i ryb	18
„ III.	Rozmnażanie się owadów i ptaków	24
„ IV.	Rozmnażanie się ssaków	27
„ V.	Narządy płciowe mężczyzny	30
„ VI.	Okres dojrzewania płciowego	34
„ VII.	Przedwczesna dojrzałość płciowa	44
„ VIII.	Zmazy nocne	50
„ IX.	Nasieniotok	58
„ X.	Prostytucya	65
„ XI.	Choroby płciowe	73
„ XII.	Pęcherz moczowy i kiszka stolcowa	84
„ XIII.	Środki podniecające i odurzające (narkotyki)	89
„ XIV.	Odpoczynek i sen	95
Zakończenie.		99

KSIĄŻKI NIEZBĘDNE DLA KAŻDEGO

Leczenie domowe.

Celem wydawnictwa, które obejmuje opis wszystkich prawie cierpień i chorób, jakie trapią ludzkość, jest podać jak najszerszemu ogółowi w dostępnej dlań formie odpowiednie pojęcia: 1) O budowie i czynnościach zdrowego ustroju ludzkiego, 2) O przyczynach, przebiegu i skutkach chorób, 3) O sposobach uchronienia się od wielu chorób i leczenia ich takimi środkami, których stosowanie nie wymaga ani pomocy lekarza, ani straty czasu i pieniędzy, a daje zupełną pewność powrotu do zdrowia.

Całe wydawnictwo opracowali lekarze-specyaliści.

Cena każdego tomiku, zawierającego od 3 do 6 arkuszy druku, wynosi w Warszawie kop. 30, z przesyłką pocztową kop. 40. Zaliczenie kop. 10 od przesyłki.

Baas H. D-r. Choroby kobiece, ich leczenie i zapobieganie. Z 6-ma rysunkami
„ Choroby nerek i pęcherza. Z 12-ma rys.
„ Choroby oczu; leczenie i zapobieganie. Z 5-ma rys.
Bauer G. D-r. Astma, jej powstanie, istota i leczenie.
Berger P. D-r. Doniosłość chorób w małżeństwie.
„ Poradnik dla chudych: przyczyny, istota choroby i leczenie.
Fournier H. D-r. Samogwałt (onanizm). Przyczyny, skutki i leczenie.
Grünfeld D-r. Gimnastyka, jej znaczenie i sposób zastosowania. Z 50-ma rys.
Guérard D-r. Choroby zębów; leczenie ich, pielęgnowanie i choroby jamy ustnej. Z 7 rysunkami.
Holiner J. D-r Choroby żołądka, wątroby i kiszek. Przyczyny, leczenie i zapobieganie.
Kaiser, Sonntag i Neumann. D-rzy. Ból głowy, przyczyny zapobieganie i leczenie.
Kornig Th. D-r. Jak się obchodzić z nerwowymi?
Krüche A. D-r. Poradnik dla cierpiących na podagrę i reumatyzm.
Lange A. D-r. Choroby serca.
Loewe L. D-r. Ucho, jego choroby, leczenie i pielęgnowanie.
Maas O. D-r. Poradnik dla cierpiących na otyłość: przyczyny, leczenie i zapobieganie.
Messner F. D-r. Jak strzedz się chorób zaraźliwych?
Michaelis D-r. Choroby gardła i krtani.
Neumann K. D-r. Jaką metodą się leczyć? Poradnik dla wszystkich.
Niemeyer P. D-r. Hemoroidy, przyczyny choroby, sposoby leczenia i zapobiegania.
„ Kaszel i choroby piersiowe: ich przyczyny, leczenie i zapobieganie.
„ Skrofuły (zołzy), przyczyny, leczenie i zapobieganie.
Reiss K. D-r. Choroby nosa i ich leczenie.
Ruheman J. D-r. Histerya, istota choroby, przyczyny i leczenie.
Schröder W. D-r. Choroba cukrowa, opis i jej leczenie.
Schmidt O. D-r. Jak zachować dziecko zdrowem? Poradnik dla młodych matek.
Starkman J. D-r. Choroby nerwowe, przyczyny, leczenie i zapobieganie.
„ Skóra i jej choroby, leczenie, zapobieganie i pielęgnowanie.
Weber R. D-r. Hypochondrya i choroby z urojenia. Poradnik leczniczy.
Werner K. D-r. Bezsenność i środki nasenne.

Wydawnictwo

p. t.

„Życie płciowe.“

I. D-r M. Misiewicz. Samogwałt (onanizm) i jego skutki. — Przewodnik dla młodzieży i rodziców.—Cena kop. 50, pocztą k. 70

II. D-r Juliusz Garnier. Choroby sekretne. Sposoby ich leczenia i zapobiegania. — Poradnik dla mężczyzn i kobiet, z przedmową prof. Emila Duclaux. Tł. z francuskiego Z. J. St. — Cena kop. 50, pocztą kop. 70.

III. Stosunki płciowe. (Co o nich młodzież nasza wiedzieć może, a małżeństwo każde wiedzieć powinno).—Z przedmową hrabiego L. Tołstoja. — Spolszczyli: Anna L. i Zyg. St. — Cena kop. 30, pocztą kop. 50.

IV. D-r med. Th. Binder. Hygiena życia płciowego. Tł. z ostatniego wydania niemieckiego: Anna L. i Zyg. St. — Cena kop. 50 pocztą kop. 70.

V. D-r med. Emil Jozan, prof. paryskiego wydziału lekarskiego. Życie kobiety.—Przełożył Zyg. Stankiewicz.—Cena kop. 40, pocztą kop. 60.

VII. D-r med. Lyman B. Sperry. Rady poufne dla młodzieży. Część II. (Dla dziewcząt).—Przełożył i opracował Zygmunt Stankiewicz.—(W druku).

VIII. D-r M. Queyrat. Miłość i małżeństwo.—Przełożył z francuskiego Zygmunt Stankiewicz.—Cena kop. 20, pocztą kop. 40.

IX. Karol Albert. Wolna miłość. — Przełożył Zygmunt Stankiewicz.—(W druku).

X. D-r med. W. A. Hammond. Niemoc płciowa u mężczyzn i kobiet.—Nowy przekład Z. Stankiewicza (W druku).

XI. Prof. A. Fournier. Syfilis i małżeństwo.—Przełożył d-r A. Elsenberg.—Cena kop. 60, pocztą kop. 75.

XII. D-r med. Th. Kornig. Komu nie wolno się żenić?—Tł. z niemieckiego d-r W. Chodźko.—Cena kop. 20, pocztą kop. 40.

Dalsze tomiki w przygotowaniu.

Szczegółowe katalogi wydawnictw: „Leczenie domowe“ i „Życie płciowe“ bezpłatnie i franco.